



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة تكريت
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الشخصية

محاضرة في مادة علم النفس الرياضي

لطلبة الدراسة الأولية / المرحلة الرابعة

اعداد التدريسيين

أ.د عبدالودود احمد الزبيدي

أ.د جاسم عباس علي

م.د. اكرم حسن محمود

الشخصية – مفهومها ونظرياتها

1 / مفهوم الشخصية.

2 / نظريات الشخصية.

- النظرية الديناميكية.

- نظريات الأنماط.

- نظريات السمة.

- نظرية التعلم الاجتماعي.

- النموذج التفاعلي ما بين الشخصية والموقف.

1 / مفهوم الشخصية

لفظة (شخصية) من الألفاظ التي شاع استخدامها في لغتنا اليومية لوصف تلك الجوانب التي تجعل الشخص (جذاباً) أو (غير جذاب) بالنسبة للآخرين. فنحن نعجب بالفرد الذي يمتلك (شخصية) ونصفه بأوصاف مثل : جذاب أو قوي أو لطيف أو حازم ، كما إننا لا نعجب – أو على الأقل لا ننجذب نحو الفرد الذي نعتقد أنه (عديم الشخصية) لأنه بالنسبة لنا على الأقل : متساهل أو غير حازم أو ضعيف. ومفهوم الشخصية ليس بهذا القدر من البساطة ، فالشخصية ليست شيئاً يملكه البعض ولا يملكه البعض الآخر ، ولا يمكننا القول بأن فلاناً له شخصية وأن فلاناً لا شخصية له كما ولا يمكننا أن نصف شخصاً بأن له شخصية قوية او شخصية ضعيفة أو

شخصية مهزوزة أو لا شخصية له ، فهذه كلها تعبيرات لا تنطوي على قدر كبير من الدقة العلمية.

وقد استطاع (جوردون البورت) في كتابه الشخصية (1937) تجميع ما يزيد عن خمسين تعريفاً للشخصية بعضها في ميدان اللاهوت وبعضها في ميدان القانون ، والبعض الآخر في مجال الاجتماع أو مجال علم النفس ، وحاول تصنيفها إلى عدد من الفئات الواسعة.

وبعض هذه التعاريف تؤكد على المظاهر الخارجية للفرد أكثر من اهتمامها بطبيعة الإنسان وتكوينه الداخلي ، وتهتم مثل هذه التعاريف بالمظهر الخارجي للفرد ومدى قدرته على التأثير في الآخرين ، ومدى قدرته على استثارة استجابات ايجابية من جانب العديد من الأفراد الآخرين في مواقف مختلفة.

فكان الشخصية في ضوء هذا المفهوم ينظر إليها من حيث قيمتها (كمثير) يعطي انطباعاً معيناً لدى الآخرين ، ومن ابرز عيوب هذا النوع من التعاريف أنها تهتم بالسلوك الظاهري وتغفل المظاهر الداخلية للشخصية التي تتضمن مدرات الفرد واتجاهاته وقيمة دوافعه وما على ذلك من الجوانب الأساسية التي قد لا تظهر في سلوكه الخارجي ، كما أن مثل هذه التعاريف تترك الحكم على شخصية الفرد للآخرين الذين يرون سلوكه ، ويؤثر فيهم هذا السلوك بصورة أو بأخرى ولما كان الأفراد في أحكامهم فلن يؤدي مثل هذا الاختلاف إلى التعرف على الشخصية بصورة صادقة.

وهناك بعض التعاريف الأخرى التي تنظر على الشخصية من حيث أنها (استجابة) إذ يرى (فلويد البورت) (1924) أن الشخصية هي استجابات الفرد المميزة للمثيرات الاجتماعية وأسلوب توافقه مع المظاهر الاجتماعية في البيئة.

وبالرغم من أن مفهوم الشخصية (كاستجابة) قد يرتبط ببعض المظاهر السلوكية الموضوعية في المواقف الاجتماعية المختلفة والتي يمكن دراستها وقياسها ببعض الوسائل ، إلا أن بعض العلماء يرون ان الأخذ بمفهوم الشخصية (كاستجابة) يثير بعض الصعوبات مثل تشابه استجابات أكثر من فرد تجاه مثيرات مختلفة ومتباينة ، الأمر الذي قد يشير إلى عدم دقة تعريف الشخصية من حيث أنها استجابة.

وفي الواقع نجد أن تعريف الشخصية من حيث أنه (مثير) أو من حيث أنه (استجابة) يؤكد المظاهر الخارجية السطحية للشخصية وتكاد تنطبق هذه التعريفات على الاستخدامات القديمة التي اشتقت منها كلمة الشخصية.

ويرى (البورت) أن كلمة شخصية (Personlichkeit) باللغة الألمانية (Personality) باللغة الانجليزية مشتقة من الكلمة اللاتينية القديمة (Persona) وكانت تعني (القناع) أو الوجه المستعار الذي كان يضعه الممثل في العصور القديمة على وجهه ليعطى انطباعاً معيناً عن الدور الذي يلعبه ويساعد على إخفاء شخصيته عن المتفرجين.

فكان مفهوم الشخصية (كمثير) أو (استجابة) يكاد يتشابه مع مفهوم الشخصية (كقناع) يترك الحكم على الفرد كما يبدو للغير أو كما يظهر للآخرين وليس كما يبدو على حقيقته.

وهناك ثمة تعريفات أخرى للشخصية تؤكد تكوين الإنسان الداخلي وطبيعته – أي جوهر الشخصية وتنظيمها الداخلي الذي يمكن التعرف عليه من السلوك الظاهري للفرد ، وتنظر بعض هذه التعاريف إلى الشخصية كوحدة معقدة في طبيعتها لا يمكن تحليلها ، ويأبى بعض علماء النفس تقبل مثل مثل هذه التعاريف ، إذ يرون ان مثل هذا التكوين أو التنظيم الداخلي يصعب إخضاعه للدراسة العلمية الموضوعية ويجعل من الشخصية شيئاً غامضاً يدخل في علم الغيبيات.

وفي ضوء ما تقدم يمكن الإشارة إلى أهم الملامح التي ينبغي أن تحدد مفهوم الشخصية فيما يلي :

* الشخصية تتميز بالتفرد – أي تختلف من فرد إلى فرد بالرغم من تشابه الأفراد في بعض النواحي بحكم البيئة أو الثقافة ، إذ أنها تمثل الشكل الفريد تنتظم فيه استعداداتنا الاجتماعية الدينامية لذلك يختلف الأفراد فيها بعضهم عن بعض.

* الشخصية تمثل العلاقة الدينامية بين الفرد وبيئته وهي بالتالي مكتسبة ، فهي ليست شيئاً موجوداً عند الطفل منذ ولادته إنما هي نتاج للتفاعل الاجتماعي ، فنحن نخلق

لأنفسنا شخصياتنا بالمواقف التي نجابهها والمشاكل التي نقوم بحلها ونغير شخصياتنا تبعاً لتفاعلنا مع الآخرين.

* الشخصية ليست السلوك الظاهري للفرد ، أي أن الشخصية ليست (مثيراً) ولا (استجابة) ولكنها استعداد لنوع معين من السلوك يظهر في كثير من المواقف المتعددة ، وهذا الاستعداد يتكون مما يسمى بالعادات او السمات او الخصائص أو القيم والاتجاهات والدوافع وما إليها.

* الشخصية تنظيم أو نظام متكامل من الأجهزة المتعددة تتفاعل وتتعاون معاً لأداء الوظائف الحيوية.

وفي ضوء هذه الملامح يبدو أن مفهوم الشخصية يشير إلى أن مفهوم الشخصية يشير على أنها التنظيم الفريد أو الصورة المميزة لاستعداد الفرد للسلوك في المواقف المختلفة.

وفي الوقت الحالي يرى بعض الباحثين في مجال علم النفس أن التعريف الذي قدمه (جوردون البورت) (1961) وهو (الشخصية هي التنظيم الدينامي داخل الفرد للأجهزة النفس – جسمية التي تقرر الطابع الفريد للشخص في السلوك والتفكير) يتميز بدرجة واضحة من القبول.

ومن أهم المفاهيم الأساسية التي يؤكدها هذا التعريف ما يلي :

- عبارة (التنظيم الدينامي) تؤكد حقيقة الطبيعة المتغيرة للشخصية ، هذا بالرغم من وجود تنظيم يجمع ويربط بين المكونات المختلفة للشخصية التي تشكل في مجموعها تركيباً كلياً واحداً.

- عبارة (داخل الفرد) تشير إلى الاهتمام بالجانب الداخلي أكثر من الاهتمام بالمظاهر السطحية الخارجية.

- مصطلح (الأجهزة النفس – جسمية) يشير إلى ان العوامل النفسية والعوامل الجسمية (أ] أي العوامل النفسجسمية) لا توجد في الشخصية مستقلة عن بعضها ، أي لا تؤثر في السلوك بصورة منفردة ، بل تنتظم تنظيمياً دينامياً تبدو فيه كوحدة – أي تبدو فيه ككل متحد تؤثر وتتأثر بالمجال الذي توجد فيه ، ومن ناحية أخرى نجد أن

مصطلح (الاجهزة Systems) أو (أنظم) يشير على أي مركب يتكون من عدد من الأجزاء المترابطة والمتفاعلة بحيث يختص كل جزء بوظيفة معينة مع وجود درجة من التعاون والتكامل بين الاجزاء المختلفة في أدائها لوظائفها.

- وكلمة (تقرر) توضح أن الاجهزة النفس جسمية تحدد وتوجه - أي تتخذ قرارات - نحو سلوك أو تفكير معين يتناسب مع المثيرات المختلفة.

- وكلمة (الفريد) تشير على الطابع الخاص للشخصية ، إذ لا يوجد شخصان لهما نفس الشخصية.

- والسلوك أو التفكير) يشيران إلى كل ما يمكن للفرد أن يقوم به من نشاط ظاهر او غير ظاهر لمحاولة التكيف والتوافق مع البيئة أو محاولة السيطرة عليها أو تغييرها.

ومن ناحية أخرى دم (هولاندر Hollander) (1971) تعريفاً مشابهاً لتعريف (البورت) حيث عرف الشخصية بأنها : المجموع الكلي لخصائص الفرد التي تجعله فريداً.

(The sum total of an individual characteristics which make him unique).

كما قدم نموذجاً لمحاولة فهم الشخصية (1976) والذي اوضح فيه إلى ان هناك العديد من تعاريف الشخصية أشارت إلى وجود (جوهر Core) يتضمن مكونات الشخصية يتميز بالثبات وعدم التغير في معظم أجزائه ، كما أن هناك بعض الخصائص الطرفية أو السطحية للشخصية التي تنبعث من هذا الجوهر.

وقد حاول (هولاندر) إدماج فكرة وجود (جوهر) وبنية طرفية (للشخصية) في نموذج يتضمن المكونات التالية :

Psychological Core

* الجوهر النفسي

Typical responses

* الاستجابات النمطية

Role- related behaviors

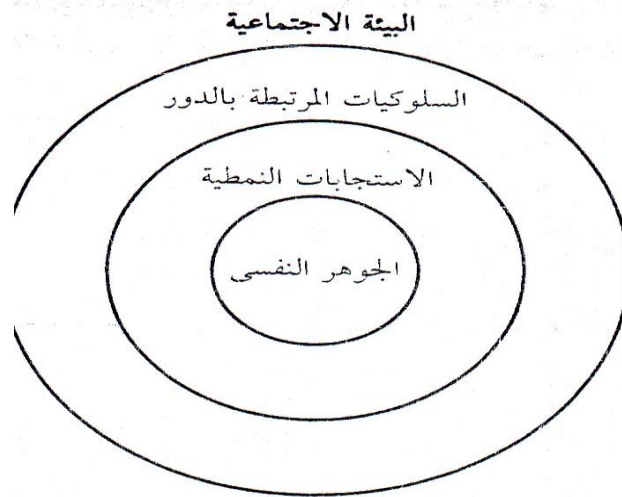
* السلوكيات المرتبطة بالدور

Social environment

* البيئة الاجتماعية

والشكل (4) يوضح نموذج (هولاندر) في الشخصية

نموذج (هولاندر) في الشخصية عن (هولاندر Hollander) (1976)



(والجوهر النفسي) يمثل محور شخصية الفرد ويتضمن مفهوم الفرد عن نفسه وعن ذاته كما يتضمن إدراكات الفرد للعالم الخارجي واتجاهات الفرد وقيمه وميوله ودوافعه – أي يتضمن الفرد على حقيقته.

وفي المستوى التالي توجد (الاستجابات النمطية) وتتضمن الأسلوب المعتاد الذي يستجيب به الفرد للمواقف البيئية ، فعلى سبيل المثال قد يقوم الفرد ببعض الأساليب النمطية عند استجابته لبعض المثيرات (كالإحباط Frustration) أو الخوف أو النجاح مثلاً ، وهذه الاستجابات النمطية عبارة عن أساليب متعلمة للتعامل مع البيئة ومثيراتها وتكون بمثابة مؤشر صادق (للجوهر النفسي) للفرد.

فعلى سبيل المثال إذا كان الفرد يستجيب بصورة متسقة أو مستمرة لجميع أنواع المواقف البيئية بالشعور بالتوتر وتوقع الشر والاضطراب فأننا يمكن أن نستنتج بدرجة كبيرة من الثقة – أن هذا الفرد قلق – وفي ضوء ذلك فإن (الاستجابات النمطية) هي بمثابة السلوك الذي يمكن التنبؤ به والذي ينبع من خصائص (الجوهر النفسي). والحلقة أو الدائرة الخارجية في هذا النموذج تشكل (السلوكيات المرتبطة بالدور) والتي تمثل الجانب الظاهري أو السطحي للشخصية ويتضمن أنواع السلوك التي يقوم بها الفرد أو يؤديها يومياً في ضوء تأثير (البيئة الاجتماعية).

أي أن الفرد يقوم بالسلوك المرتبط بالدور في ضوء إدراكه لعوامل البيئة وبطبيعة الحال فكلما تغيرت ظروف البيئة أو تغير إدراكها فإن سلوكنا يتغير بالتالي.

وهذا السلوك لا يمكن اعتباره (استجابات نمطية) ولا يكن اعتباره مؤشراً صادقاً (للجوهر النفسي) ولكنه يمثل في حقيقته الجانب الدينامي للشخصية من حيث أنه يتضمن أنواع السلوك في المواقف المتغيرة والمتعددة.

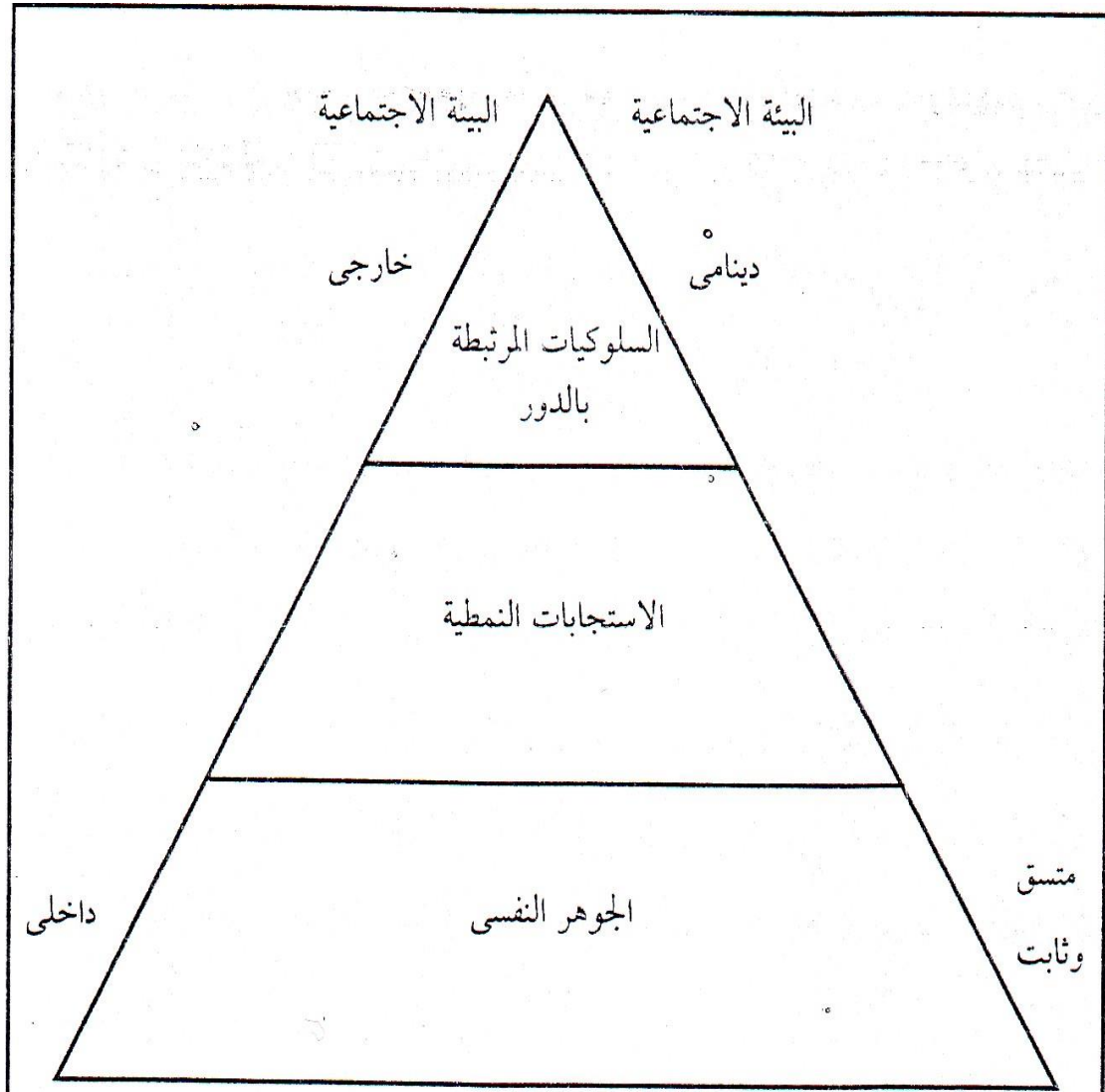
وفي ضوء هذا النموذج يمكن القول بأن أنواع السلوك المرتبطة بالدور بالنسبة للاعبين يمكن توقع حدوثها كنتيجة للعلاقة المركبة ما بين خصائص (الجوهر النفسي) للاعب وطبيعة استجاباته النمطية والخصائص الفريدة للبيئة أو للمواقف المرتبطة بالحدث الرياضي.

وقد أشار واينبرج Weinberg وجولد Gould (1995) إلى إن هذا النموذج يحاول فهم الشخصية من حيث أنها متسقة دينامية ، ومن حيث أنها داخلية ولكنها تلاحظ من الناحية الظاهرية أو الخارجية ، كما أنها داخل الفرد ولها تتأثر بالبيئة الاجتماعية ، كما في الشكل رقم (5).

وفي ضوء ذلك أشار (هولاندر) إلى أنسب الطرق لفهم شخصية تكون على مستوى (الاستجابات النمطية) باستخدام اختبارات الشخصية المقننة ، أما محاولة فهم الشخصية على مستوى (الجوهر النفسي) باستخدام الاختبارات الإسقاطية (Projective tests) فإنها ترتبط بالعديد من جوانب القصور نظراً لافتقار هذا النوع من الاختبارات للصدق والثبات بدرجة مقبولة.

شكل رقم (5)

تفسير نموذج (هولاندر) في الشخصية عن (واينبرج) و (جولد) (1995)



هنالك العديد من النظريات والنماذج التي قدمها العلماء والباحثين في مجال الشخصية وسوف نعرض بإيجاز لأهم هذه النظريات والنماذج مع محاولة شرح تطبيقاتها بالنسبة للاعب الرياضي ، وهذه النظريات والنماذج هي :

- النظريات الديناميكية * Psychodynamic theory
- * نظريات الأنماط Type (constitutional tempermental) theories
- * نظريات السمة Trait theories
- * نظريات التعلم الاجتماعي Social Learning theory
- * النموذج التفاعلي Interaction model

1 / 2 النظرية الديناميكية :

يعتبر سيجموند فرويد Freud مؤسس (النظرية الديناميكية) وخضعت هذه النظرية إلى العديد من التعديلات على يد (الفرويديون الجدد Neo – Freudians) من أمثال (كارل يونج Jung) و (أريك فروم Fromm) و (أريك إريكسون Erickson) وغيرهم كنتيجة للخبرات الشخصية مع المرضى النفسيين من خلال العلاج بالتحليل النفسي والأساليب الإكلينيكية أو العيادية مع هؤلاء المرضى بالأمراض النفسية.

وأصحاب هذه النظرية ينسبون السلوك على القوى الدينامية المنبعثة من الطاقة النفسية او الغريزية ومن محتويات اللا شعور وإلى الخبرات والرواسب الفردية المكتسبة المؤثرة في تلم الدوافع الغريزية.

1 / 1 / 2 الهو والأنا والأنا الأعلى :

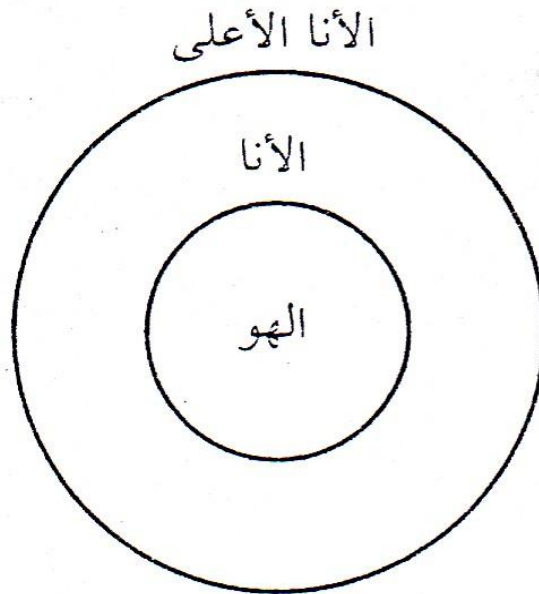
الشخصية من وجهة نظر (فرويد) منظومة متكاملة تتضمن ثلاث نظم أساسية هي : الهو ID والأنا EGO والأنا الأعلى Superego كما في الشكل (6).

وهذه النظم الأساسية الثلاثة تتكامل معاً بصورة يصعب معها عزل أثر كل منها في سلوك الإنسان ، وبالرغم من أن لكل منها وظائفه وديناميته ومكوناته ومبادئه التي يعمل في إطارها.

وأشار (فرويد) إلى ان الهو ID هو النظام الأصلي للشخصية ، كما انه أساس الحياة الإنسانية وهو ذلك الجزء من النفس الذي يتضمن كل ما هو موروث و غريزي لدى الطفل منذ الولادة ويحتوي على العمليات العقلية المكبوتة في اللاشعور ، كما انه مخزن الطاقة النفسية ويتميز بالرغبة الجامحة فقي طلب الإشباع وإنكار كل عرف أخلاقي ، كما هو يعبر عن الغرض البيولوجي للبدن وإشباع غرائزه ، ومن ناحية أخرى فإنه يزود العمليات التي يقوم بها كل من الأنا والانا الأعلى بطاقتها.

شكل رقم (6)

نموذج فرويد Freud للشخصية عن كراتي Cratty (1989)



وعلى النقيض من ذلك فإن (الأنا ego) يمثل الجانب الشعوري والمنطقي والواقعي للشخصية والذي يستطيع الإدراك والحكم والتقييم عن طريق الاتصال بالعالم الخارجي (الإدراك Perception).

أما (الأنا الأعلى Superego) فيمثل الضمير ومن وظائفه رقابة (الأنا) والحد من جموحها ومحاولة السيطرة عليها ، كما أن الأنا الأعلى (يمثل الأخلاق والمجتمع) وأفترض (فرويد) أن (الأنا الأعلى) تسهم في حل الصراعات بين (الهو) وبين(الأنا).

2/ 1 / 2 الشعور واللا شعور :

وفرق فرويد بين ثلاثة مظاهر للعمليات العقلية هي : الشعور وما قبل الشعور واللا شعور وأشار إلى ان عقل الإنسان مثل جبل الجليد وأن الجزء الصغير الطافي منه على سطح الماء يمثل منطقة الشعور كما في الشكل رقم (7) ، والشعور هو ذلك الجانب من الحياة العقلية للفرد الذي يكون على وعي به وإدراك له ، وحالة الشعور هي التي ترشد الفرد إلى ما يدور حوله في العالم الخارجي.

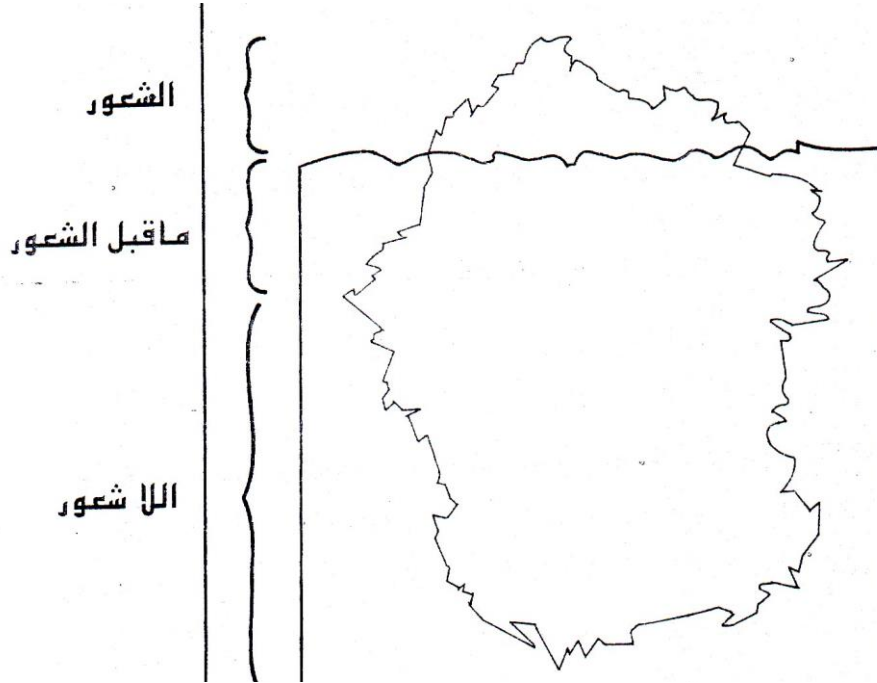
أما الجزء الأكبر الذي لا يطفو على سطح الماء فيمثل منطقة اللا شعور والتي توجد بها الدفعات الغريزية والأفكار والمشاعر وغيرها من القوى الحيوية غير المرئية والتي كانت شعورية ولكن نظراً لعدم انسجامها مع الشخصية الشعورية فإنه يتم كبتها في اللا شعور ، فكأن اللا شعور هو المخزن العقلي لخبرات الفرد الماضية ، وهناك رقابة على كل ما هو موجود في اللا شعور حتى لا ينتقل إلى الشعور ، فإذا قلت هذه الرقابة فإن بعض محتويات اللا شعور تظهر إلى حيز الشعور وتؤثر بالتالي على سلوك الإنسان وأفعاله الشعورية وتأخذ صوراً متعددة.

أما منطقة ما قبل الشعور فهي المنطقة التي تقع ما بين الحالة العقلية الشعورية واللا شعورية ويمكن تشبيهها بمنطقة تتجمع فيها الأفكار والذكريات الماضية التي تسعى إلى الظهور عن طريق الشعور ولكنها لم تتمكن بعد ذلك كما في الشكل رقم (7). وفي ضوء التصور السابق عكف فرويد على دراسة اللا شعور باستخدام طريقة (التداعي الحر) لكي يستطيع أن يبلور نظريته في الشخصية.

شكل رقم (7)

الشعور وما قبل الشعور واللا شعور في ضوء نموذج (فرويد) للشخصية عن :

فرناند دودج (1997) Fernald



3/ 1 / 2 العمليات الدفاعية للآنا :

أشار فرويد إلى (العمليات الدفاعية للآنا) ومن أمثلة ذلك أن الفرد عندما ينتابه الصراع النفسي فإنه يحاول أن يقوم بمحاولات إيجابية لحل هذا الصراع فغذا تعذر عليه وفشلت محاولاته ظل الفرد في حالة صراع ويلجأ إلى طرق وأساليب أخرى سلبية تعرف (بالعمليات الدفاعية) (الحيل الدفاعية) لأنها تسعى إلى محاولة حماية الفرد من تعرضه للتوتر والقلق والصراع.

والعمليات الدفاعية لا تستهدف إنهاء الصراع النفسي أو حل الازمة النفسية التي يعانها ولكنها تهدف بالدرجة الاولى إلى محاولة تخليص الفرد مؤقتاً مما يعاناه من توتر وخوف وقلق ، وتسهم في إمداده بشيء من الراحة الوقائية.

والعمليات الدفاعية ما هي إلا عمليات (لا شعورية) يقوم بها الفرد دون تفكير أو روية ولا يمكن لإرادة الفرد أن تتحكم فيها ، ومن اهم العمليات الدفاعية ما يلي :

* التبرير :

(التبرير) عملية لا شعورية يحاول فيها الفرد تفسير سلوكه الخاطئ تفسيراً منطقياً معقولاً ، فكل فرد منا يود أن يكون سلوكه وتصرفاته معقولة ، فإذا انحرف عن هذا السبيل فإنه يحاول أن يخفي دوافعه الحقيقية وتلمس بعض الأسباب المنطقية المعقولة التي يبرر بها سلوكه لكي يبين لنفسه وللآخرين أن سلوكه لا غبار عليه. ويختلف التبرير عن (الكذب) فالكذب عملية شعورية إرادية يقوم بها الفرد وهو على علم بما يقول ويفعل ، ومن أمثلة التبرير التي نصادفها في المجال الرياضي أن يعزو اللاعب خطأ استقباله للكرة إلى سوء تمريرة الزميل أو إلى رداة الكرة ، أو أن يرجع سوء مستواه لقلة التدريب أو لمرضه مثلاً.

* الإسقاط :

يقصد (بالإسقاط) محاولة الفرد أن ينسب عيوبه ونقائضه للآخرين ، ويمكن أن نعتبر الإسقاط نوعاً من التبرير ، كما هو الحال عندما يفشل لاعب تنس الطاولة أو التنس في التوجيه الصحيح للكرة فينظر إلى مضربه أو على الشبكة نظرة ملؤها التعجب والاستنكار ، أو عندما يصوب لاعب كرة القدم بعيداً عن المرمى فينظر إلى حذائه أو يمسك قدمه أو ركبته متوجعاً. والإسقاط عملية لا شعورية تسمح للفرد بتحقيق راحة نفسية مؤقتة ، وتكمن خطورتها في أن يتعود للفرد عليها فبذلك تصبح عائقاً في سبيل إدراكه لنفسه على حقيقتها.

* التقمص :

إذ كان المرء في عملية الإسقاط يقوم بالصاق عيوبه ونقائضه بالآخرين ، فإنه في التقمص يقوم بامتصاص ما يجد عند غيره من الصفات المحببة إلى النفس ، فكثيراً ما نرى محاولة الناشئ تقمص شخصية بعض اللاعبين الدوليين في مختلف الألعاب الرياضية وشعوره بأنه قد أصبح - في تصوره - نفس الشخصية المتقمصة ، ويؤدي

ذلك الشعور إلى الناشئ بنوع من القوة والارتياح واحترام الذات لأنه تقمص شخصية اللاعب الدولي الجدير بالإعجاب ، وهذا النوع من التقمص يشبه إلى حد كبير (عبادة البطولة).

ويؤثر التقمص في شخصية الفرد طبقاً لنوع الشخصية التي يحاول الفرد تقمصها ، فإذا كانت الشخصية المقلدة نموذجاً يحتذى به كان الأثر طيباً ، أما إذا كانت مثلاً سيئاً فقد يؤدي التقمص في هذا الحالة إلى تقوية بعض نزعات السلوك الضارة والعدوانية.

* الكبت :

الكبت عبارة عن محاولة نفي أو إبعاد بعض النزعات أو الدوافع أو الرغبات والذكريات التي لا يقرها الفرد ، والتي لا تفق فكرته عن نفسه أو التقاليد الاجتماعية ونسيانها أي دفعها نحو اللا شعور ، فإذا نجح الفرد في ذلك فإنه يتمكن من تجنب الصراع المضني ويتيح له حياة اجتماعية مقبولة ، في بعض الأحيان قد لا تستقر الأشياء المكبوتة وتظل نشطة وبذلك يقع الفرد بين برائن صراع نفسي لا شعوري وتحاول الأشياء المكبوتة تلمس بعض الوسائل غير المباشرة لتعبر بها عن نفسها ، ويستخدم الفرد في ذلك بعض الحيل الدفاعية المختلفة لمحاولة إبقاء ما لم يستطيع كبته ونسيانه.

ومن مضار الكبت أنه يستنفذ بعض طاقات وقدرات الفرد التي يمكن الاستفادة منها كما هو الحال في النشاط الرياضي الذي يتطلب من الفرد الرياضي تعبئة كل قواه وطاقاته لتسجيل أحسن النتائج.

* التعبير :

ويتضمن عمليتين هما : التعويض والإعلاء.

- التعويض : هو لون من ألوان السلوك الذي يحاول فيه الفرد تعويض ما أصابه من فشل في موقف من المواقف ، أو هو محاولة الفرد إدراك النجاح في ميدان آخر بعد إخفاقه في ميدان معين ، فالتلميذ الذي يفشل في دراسته قد يعوض هذا

الفشل بالإنكباب على ممارسة النشاط الرياضي ليصيب قادراً من النجاح يعوض فشله العلمي.

- الإغلاء : وهو محاولة التعبير عن بعض الدوافع التي ينتقدها المجتمع بوسائل أخرى يرتضيها المجتمع ويقرها ، فقد يتحول الميل إلى المشاجرة واستخدام العنف إلى التفوق في رياضات الملاكمة أو المصارعة مثلاً.

* النكوص :

هو سلوك الفرد في حالات الإحباط والفشل بأسلوب من أساليب الاستجابات البدائية أي عبارة عن ذلك التقهقر الذي يصيب الفرد فيرتد إلى مرحلة من مراحل النمو السابقة ويقوم باستجابات غير ناضجة ، ومن أمثلة ذلك الطفل الصغير الذي يعاود الحبو ثانية لكي تحيطه الأم برعايتها وحنانها مثل أخوه الصغير ، وكما هو الحال في استخدام الرجل المتعلم المثقف للعراك البدني عندما يصاب بالإحباط والفشل ، أو كالألعاب الذي ينخرط في البكاء كالطفل في حالة هزيمته في إحدى المنافسات الرياضية.

* تكوين رد الفعل :

ويتمثل في إخفاء الدوافع غير المرغوبة خلف ستار سلوك مغاير بصورة مبالغ فيها ، ومن أعراض هذه العملية أن يقيم الفرد من نفسه داعياً للفضيلة محارباً للذليلة متعنناً مع من يرتكبها ، وهو في الحقيقة إنما يخفي الرذائل الموجودة فيه بمحاربتها في غيره ، أو كالفرد الذي يخفي ضعفه وجبنه ويتظاهر بالشجاعة والجرأة إلى حد التهور.

وقد أشار بعض الباحثين في مجال النفس الرياضي إلى أنه ينبغي عدم النظر على العمليات الدفاعية التي يقوم بها الفرد الرياضي نظرة سلبية وتكوين فكرة خاطئة عن تبدو في سلوكه مثل هذه العمليات ، إذ أننا يجب ان نلاحظ أن هذه العمليات الدفاعية من الوسائل التي قد تساعد الفرد على التكيف وتحفظ عليه كيانه واتزانه فقد تؤدي وظيفة صمام الأمن للفرد حين يعجز من إيجاد حل إيجابي لمشكلته.

كما إن هذه العمليات الدفاعية قد تكمن فوائدها فيما يلي :

- تسمح للفرد بالتكيف مؤقتاً وبذا تعطيه وقتاً أطول حتى يتمكن من تمييز الكثير من جوانب المشكلة التي تعانيها.

- تسمح للفرد بان يجرب نفسه في أدوار جديدة وتعلم وسائل جديدة للتكيف.

- يلجأ الإنسان في عملية التبرير إلى إيجاد أسباب منطقية يبرر بها لوكه وقد يؤدي به هذا إلى ان يفتح أمامه مجال التفكير السليم المبني على إدراك العلاقة بين الأسباب والمسببات.

- قد يؤدي سلوك معين مبني على عملية لا شعورية إلى نتائج إيجابية فتؤدي بالفرد إلى النجاح في ميدان يؤكد ذاته ، كالشخص الذي يتخذ الرياضة أو الرسم لإعلاء الدافع العدوانى مثلاً فقد يكشف في نفسه مهارة في أحد الميدانين تؤدي به إلى التفوق والظهور.

إلا ان هذه العمليات لها أضرارها ، فالفرد الذي يعتمد عليها دائماً ، وربما لوقاية نفسه يعجز عن التعرف على طرق أحسن منها للتكيف ، ولما كانت العمليات العقلية اللا شعورية تقوم على تشويه للواقع ، فقد يؤدي الأمر بالفرد الذي يعتمد عليها إلى أن يظل بعيداً عن الواقع ، وقد ينتهي الأمر به إلى الانهيار وانحرافات الشخصية.

ويرى العديد من المعارضين لنظرية (فرويد) أنه قد أعطى الوراثة والنضج وزناً أكبر مما يجب كما اعطى للسمات الشخصية المكتسبة اجتماعياً وزناً أقل مما يجب ، كما أن الخطوات التجريبية التي استخدمها في إثبات صدق نظريته تعاني من القصور العلمي الشديد وتفتقر إلى التحكم والضبط ، كما أنها فشلت في تقديم قواعد علاقية يمكن بها الوصول إلى تنبؤات أو توقعات محددة للسلوك في العديد من المواقف المختلفة بالرغم من الأفكار ذات الجاذبية والإثارة التي صاغ بها نظريته.

ويلخص (كالفن هول Hall) و (جاردنر لندي Lindzey) (1957) نظرية فرويد في أنها (محاولة لتصوير الشخص المكمثل الحي الذي يعيش جزئياً – في عالم الواقع – وجزئياً في عالم الوهو تحاصره الصراعات والتناقضات الداخلية ، وبرغم هذا فهو قادر على التفكير والعمل العقلي ، تحركه قوى لا يعرف عنها غلا القليل وطموح لا طاقة له على بلوغه ، أحياناً تختلط الأمور عليه وأحياناً أخرى يصفو ذهنه

ويتقاربه الإحباط والإشباع ، الأمل واليأس ، الأثرة والإيثار ، أنه بإيجاز كائن بشري معقد (وأشار (هول) و (لندري) أن هذا التصور السابق للإنسان قد يتضمن قدراً من الصدق.

واستخدامات نظرية (فرويد) الديناميكية في مجال علم النفس الرياضي تبدو نادرة للغاية ، غلا في بعض الموضوعات التي قد ترتبط بسمة العدوان الرياضي وعوامل الإحباط والصراع للرياضيين وكذلك مواقف تفريغ الانفعالات المكبوتة في المنافسات الرياضية سواء من اللاعبين أو المشاهدين للمنافسات الرياضية بالإضافة إلى بعض تفسيرات السلوك اللا شعوري.

2/2 نظرية الأنماط :

حاول بعض الباحثين تقسم الناس إلى أنماط تبعاً لبعض المميزات السائدة لدى كل فرد وفي اعتقادهم أن هذا النمط يحدد شخصية صاحبه بصورة ما ، كما حاولوا منذ القدم البحث عن الأنماط المختلفة التي ينقسم الأفراد فيما بينهم تبعاً لها ، فقسّموا الناس إلى أنماط مزاجية ، وأنماط جسمانية ، وأنماط نفسية اجتماعية.

1/2/2 الأنماط المزاجية :

المزاج (بكسر الميم) Temperament هو مجموعة من الصفات التي تميز انفعالات الفرد عن غيره من الأفراد ، كما أنه الخصائص التي تميز دينامية العمليات الانفعالية للفرد.

ومن أمثلة ما يلي :

* الدرجة التي يتأثر بها الرد في أثناء المواقف التي تثير انفعاله ، أي هل يتأثر الفرد بصورة صحيحة أم عميقة ، بصورة سريعة أم بطيئة ؟

* نوع الاستجابة الانفعالية ، أو نوع رد الفعل الانفعالي – أي هل تتميز استجابة الفرد الانفعالية بالقوة أم بالضعف؟

* نوع الحالة المزاجية السائدة لدى الفرد – أي هل يتميز الفرد بالمرح أو الانقباض ،
بالهدوء أو الاستثارة الدائمة ؟

* مدى ثبات الحالة المزاجية للفرد – أي هل يظهر في حالة مزاجية ثابتة أم دائمة
التقلب؟

ويرى بعض الباحثين أن (المزاج) يتوقف بصورة سائدة على العوامل الوراثية ،
وبصفة خاصة على حالة الجهاز العصبي والجهاز الغدي (الغدد) ويقرون أنه من
الصعوبة بمكان تغيير نوع المزاج الذي يتميز به الفرد.

وقديماً قسم الطبيب الإغريقي (أبو قراط) الناس على أربعة أنماط طبقاً لنوع السائل
السائد في الجسم (كالدّم او الصفراء أو البلغم أو اللّيف) ، لكل نمط حياته المزاجية
الخاصة ، كما حاول (بافلوف) عن طريق دراسته لأنواع الأجهزة العصبية المختلفة
ان يميز بين أنواع أساسية من (أنماط الجهاز العصبي
(Type des Nervensystem) وتكاد تتفق خصائص أنماط الجهاز العصبي في
تقسيم (بافلوف) مع خصائص الأنماط المزاجية في التقسيم الرباعي لأبو قراط ، كما
يوضحه الجدول التالي رقم (1).

ويقرر عدد من الباحثين أنه لا يوجد – غالباً – من يتميز بنمط مزاجي واحد فقط
وتنطبق عليه جميع الصفات التي يتميز بها هذا النمط المزاجي ، إذ يرون ان معظم
الأفراد هم خليط من أنماط مزاجية متعددة ولكن قد يغلب على أحدهم بعض الصفات
المميزة للنمط اللمفاوي ، أو بعض الصفات المميزة للنمط السوداوي أو الدموي أو
الصفراوي مثلاً.

جدول رقم (1)

الأنماط المزاجية لأبو قراط وأنماط الجهاز العصبي لبافلوف والخصائص المميزة لهذه الأنماط (عن أوزولين 1960 Osolin)

الخصائص المميزة	تقسيم بافلوف	تقسيم هيبو قراط
الهدوء والبطء والبرود ، عدم التقلب ، وانفعالات سطحية غير عميقة.	النمط القوي المتوازن الهادئ (der strake , ausgeglichen u. trage Type)	النمط اللمفاوي (Phelgmater)
المرح والأمل في الحياة ، الحركة والنشاط والانديفاع ، لا تستغرق الانفعالات فترة طويلة بصورة دائمة ، القدرة على تكيف الانفعالات طبقاً للمواقف.	النمط القوي المتوازن النشط المتحرك (der strake , ausgeglichen u. bewegliche type)	النمط الدموي (Sanguiniker)
حدة الطبع والمزاج والتقلب والانفعالات القوية العميقة سرعة ودوام الاستثارة ، عدم القدرة على التحكم في الانفعالات.	النمط القوي غير المتوازن (der strake , unausgegliche type)	النمط الصفراوي (Choloriker)
الميل إلى الحزن والتشاوم وبطء الاستثارة وعمقها ، سرعة الاستسلام لليأس.	النمط الضعيف غير المتوازن (der schwache unausgegliche type)	النمط السوداوي (Melancholiker)

وقد أشار بعض الباحثين في مجال علم النفس الرياضي أن النمط المزاجي أو نمط الجهاز العصبي السائد لدى الفرد قد يؤثر بدرجة كبيرة على مستواه الرياضي ، إذ أن هناك الكثير من الأنشطة الرياضية التي تتطلب تميز اللاعب بخصائص مزاجية معينة حتى يستطيع تحقيق أعلى المستويات الرياضية.

ويرى (أوزولين 1960) أن الشواهد والملاحظات قد أثبتت أن الأفراد الذين ينتمون إلى (النمط اللمفاوي) و (النمط الدموي) (النمط القوي المتوازن الهادئ والنمط القوي المتوازن النشط) غالباً ما يتفوقون في معظم الأنشطة الرياضية المختلفة. وبالرغم من الأصول الوراثية للأنماط المزاجية أو لأنماط الجهاز العصبي ، إلا أنه يمكن بالتأثير التربوي الهادف العمل على تنمية الصفات المزاجية الإيجابية وإخماد أو الإقلال من آثار الصفات السلبية ، وفي هذا الصدد ينبغي مراعاة اختبار الأفراد أو الناشئين الذين يتميزون بصفات مزاجية إيجابية حتى يمكن الاقتصاد في الكثير من الجهد والوقت في عملية التربية والتدريب.

كما انه من الأهمية بمكان ملاحظة المدرب الرياضي للفرد - بصورة دائمة - في مختلف المواقف سواء أثناء التدريب أو في غضون المنافسات الرياضية حتى يستطيع إصدار حكمه على نوع النمط المزاجي الذي يتميز به مما يسهم بدرجة كبيرة في العمل التربوي للمدرب.

2/2/2 الأنماط الجسمانية :

حاول بعض الباحثين تقسيم الناس إلى أنماط تبعاً للمميزات الجسمانية لكل فرد وفي اعتقادهم أن النمط الجسماني يحدد شخصية صاحبه بصورة ما ، كما حاولوا إيجاد العلاقة بين هذه الأنماط الجسمانية وبين الصفات النفسية التي ترتبط بها ، ومن أشهر النظريات في هذا المجال نظرية(كرتشمر Kretschmer) ونظرية(شلدون Sheldon).

1- نظرية كرتشمير :

أشار الطبيب الألماني (كرتشمير) (حوالي عام 1925) إلى انه يمكن تقسيم الأفراد إلى ثلاثة أنماط جسمانية (شكل رقم 8) هي :

* النمط الواهن (النحيل) Leptosomertyp :

ويتميز صاحب هذا النمط بما يلي : النحافة ، متوسط القامة ، ضيق الأكتاف والقفص الصدري ، وضعف العضلات ورقة الأطراف.

* النمط الرياضي Athletischertyp :

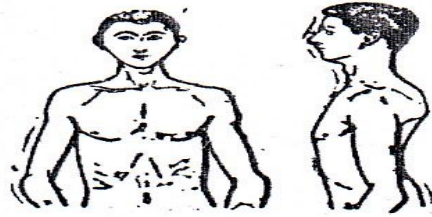
ويتميز صاحب النمط بما يلي متوسط أو طويل القامة ، قوة العضلات ، اتساع الكتفين ، والقفص الصدري ، نحافة الخصر ، طول الأطراف ، واكتساء الذراعين والساقين بالعضلات.

* النمط المكتنز (السمين) Pychnischertyp :

ويتميز صاحب هذا النمط بما يلي : قصير او متوسط القامة ، استدارة الجسم ، اتساع الحوض ، سمن الأطراف والميل للامتلاء ، قصر اليدين والرجلين والعنق. ويقرر (كرتشمر) أن هذه الأنماط ليست متميزة تماماً ، إذ قد تختلط مميزات بعضها في بعض الأفراد.

شكل رقم (8) الأنماط الجسمية عن : (كرتشمر)

(1) النمط النحيل



(2) النمط السمين



(3) النمط العضلي



2- نظرية شلدون

رأى (شلدون) أن ما يؤخذ على نظريات الأنماط الجسمانية هو انها تقسم الناس على أقسام أو فئات ينفصل بعضها عن بعض ، وهذا خطأ لأن أي عامل من العوامل النفسية أو الاجتماعية وحتى الجسمانية إنما يمثل ظاهرة متدرجة من اقل درجة إلى اعلى

درجة ولا يمكننا تحديد النقطة في هذا المدرج التي يمكننا عندها أن نضع خطأ أو خطوطاً تقسم الناس إلى فئتين أو أكثر ، لذا حاول في أنماطه أن يضع هذا التدرج محل الاعتبار للربط بين الصفات الجسمانية والسمات النفسية.

ولقد حاول شلدون أولاً تسجيل المميزات الجسمانية بأخذ ثلاث صور فوتوغرافية لكل فرد وهو مجرد من ملابسه من الأمام ومن الخلف ومن الجانب وقد مكنه هذا من أن يضع الفيلم السلبي للصور الثلاث للفرد الواحد على بعضها ويعكسها على شاشة فأصبح لديه بهذا الشكل صورة لها ثلاثة أبعاد للفرد ، وبتطبيق المقاييس الجسمانية تمكن من الوصول إلى ثلاثة أنماط أساسية : شكل رقم (9).

• النمط البطني **Endomorphy** : ويتميز أصحاب هذه النمط من الناحية الجسمانية بامتلاء الجزء حول الجهاز الهضمي أي سمنة البطن – وهم عادة ذو اجسام مستديرة رخوة.

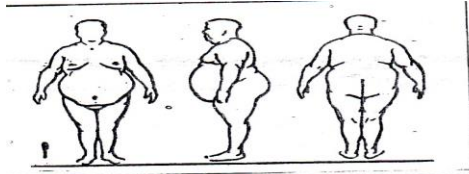
• النمط العضلي **Mesomorphy** : ويسود في هذا النوع العضلات والعظام والمتطرفون فيه هم النوع القوي من الرجال الذين يمارسون الرياضة.

• النمط النحيل **Ectomerphy** : ويتميز أصحابه بال نحافة والنعومة.

ولتحديد النمط الذي ينتمي إليه الفرد ، يقدر الفرد على ثلاثة موازين تقديرية كل ميزان يمثل نمطاً من هذه الانماط الثلاثة ، ويتكون كل ميزان من سبع درجات أو سبع فئات (الفئة العظمى 7 والصغرى 1) يعطى للفرد الواحد درجة على كل هذه الموازين لبيان درجة ما لديه من كل منها ، وعلى هذا الأساس يكون نمط الفرد عبارة عن حصيلة درجاته على الموازين الثلاثة ، ويتحدد نمطه بسيادة درجته على واحدة منها بالنسبة لدرجته على الميزانين الآخرين ، فإذا فرضنا أن درجات فرد كان 7 – 3 – 1 فهو النمط البدني ، وإذا كانت درجته 2 – 7 – 1 فهو من النمط العضلي ، أما إذا كانت درجته 1 – 1 – 7 فهو من النمط النحيل كما في الشكل (10) وانتهى (شلدون) إلى تحديد 76 نمطاً من الأنماط الجسمانية.

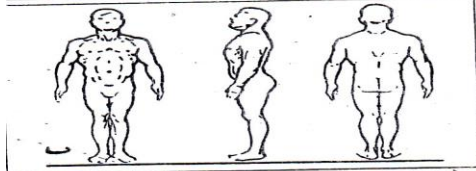
شكل رقم (9)

الأنماط الجسمانية – عن (شلدون)



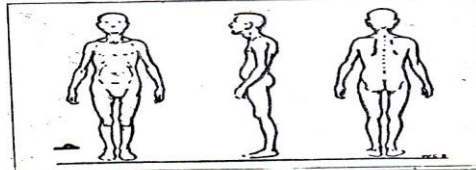
مين

النمط المكتنز (لسمين) المتطرف



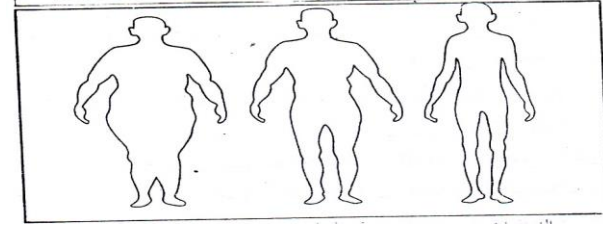
اخي

النمط العضلي (الرياضي) المتطرف



من

النمط النحيل (الواهن) المتطرف



شكل رقم (10) تقدير موازين

الأنماط عن شلدون

ولتقدير الصفات المزاجية لهذا الأنماط اختار 50 سمة من عدد كبير من السمات التي تمثل الانطوائية والانبساطية ثم اختار مجموعة من الطلبة وحاول تقديرهم في هذه السمات على ميزان للتقدير درجاته سبع ، وحاول إيجاد معاملات الارتباط بين هذه السمات لكي يجد المجموعات التي ترتبط ببعضها وبعد حذف وإضافة أنهى إلى ميزان لقياس المزاج يتكون من 90 سمة كل منها يتجمع مع بعضها.

وسمى مجموعة السمات الأولى (بالنزعة الإحشائية Viscerotonia) ويتميز من تجد فيه هذه السمات بالبساطة والحياة المرحية واللذة في الأكل والشراب والروح الاجتماعية والصبر واحتمال الغير والحاجة إلى الناس والحاجة إلى اللهو وتسيطر عليه معدته وأمعائه.

وسمى مجموعة السمات الثانية (بالنزعة البدنية Somatotonia) ويتميز أصحابها بالنشاط الجسماني والقدرة على بذل الطاقة والمجهود وحب السيطرة والمخاطرة والصراحة في معاملة الناس ويسيطر عليهم الاندفاع والقوة.

وسمى مجموعة السمات الثالثة (بالنزعة المخية Cerebrotonia) ويسيطر فيها المخ وصاحبها مقيد لا يتميز بالطلاقة ويميل على العزلة والابتعاد إلى المجتمعات. وقد حاول إيجاد معاملات الارتباط بين هذه النواحي المزاجية وأنماطه الجسمانية فوجد أن كل واحدة منها ترتبط بنمط من أنماطه الجسمانية.

إذ ترتبط سمات المجموعة الأولى بالنمط البطني ، والمجموعة الثانية بالنمط العضلي والمجموعة الثالثة بالنمط النحيل وعلى سبيل المثال فإن الفرد الذي يتميز بالنمط العضلي يستطيع بسهولة اكتساب الثقة بالنفس كنتيجة لتفوقه الرياضي وتقبله من زملائه ومن ناحية أخرى فإن الفرد الذي يتميز بالضعف والنحافة والهزال تصبح لديه فرصة أكبر للابتعاد عن المجتمعات والاحتكاك بزملائه.

ولا ينكر العلماء فائدة النظام الذي وضع لقياس الصفات الجسمانية ، بيد أنهم يتشككون في الرابطة التي بين هذه الأنماط والصفات المزاجية.

ويحدثنا التاريخ القديم بأن الأغريق القدامى كانوا يعتقدون بأن نوع النمط الجسماني للأفراد يرتبط بقدرة الفرد على الأداء الرياضي وكان لديهم الصفات التي يصفون بها الأبطال الفانزين بالبطولات الأولمبية القديمة فكانت لديهم ألقاب مثل (الرياضي الدب) نسبة إلى البطل الرياضي الذي يتميز بضخامة الجسم ، و (الرياضي الأسد) نسبة إلى البطل الرياضي الذي يتميز بالقوة والقدرة العضلية والجرأة و (الرياضي النمر) نسبة إلى البطل الرياضي الذي يتميز بالرشاقة الحركية والدهاء.

وفي ضوء الدراسات التي أجريت على الأنماط الجسمانية لبعض الأبطال الرياضيين الذين حققوا أعلى المستويات الرياضي العالمية لمختلف أنواع الأنشطة الرياضية وجد أن لكل نشاط رياضي نمط جسماني معين تتميز به ، وقد يشترك مع غيره من أنواع الأنشطة الأخرى في ذلك.

ومن ناحية أخرى فإن نوع النمط الجسماني الذي يتميز به الفرد يولد لديه الرغبة وينمي عنده الميل لممارسة نوع معين من النشاط الرياضي يتناسب مع نوع نمطه الجسماني ، وبذلك يصبح النمط الجسماني من الأسباب الرئيسية التي تدفع إلى ممارسة نشاط رياضي معين.

وعلى سبيل المثال وجد ان اغلب أبطال لاعبي السلاح وتنس الطاولة وجري المسافات المتوسطة من أصحاب النمط الجسماني (النحيل) وأن اغلب أصحاب (النمط العضلي) خليط من أبطال رمي القرص والمطرقة ودفع الجلة وأبطال الأوزان الثقيلة في الملاكمة ورفع الأثقال والمصارعة ، كما أن أصحاب النمط (العضلي النحيل) من أبطال كرة السلة وكرة اليد والكرة الطائرة وأبطال الأوزان الخفيفة في الملاكمة وأبطال التنس. وقد تمكن عدد من الباحثين من أمثال (كرتشمر) و (همبورجر) و (فلبرت) من التوصل إلى إيجاد العلاقات التالية بين الأنماط الجسمانية – كما يراها كرتشمر – وبين القدرات الحركية في بعض الأنشطة التنافسية.

* أصحاب النمط النحيل :

يتميزون بسرعة الأداء الحركي ودقة الحركات وإجادتهم لحركات الخداع (خير مثال على ذلك لاعب كرة القدم الأشهر (ستانلي ماتيويس)) وبذل الجهد في أداء الحركات بصورة دقيقة وصحيحة مع قدرتهم على سرعة التكيف لظروف اللعب المختلفة ومحاولتهم إخضاع مثل هذه المواقف تحت سيطرتهم.

* أصحاب النمط العضلي :

يقولون عن أصحاب النمط السابق بالنسبة لسرعة الأداء الحركي ويتميزون بقوة الأداء بارتباطها بقدر من البطء مع الميل لاستخدام الاحتكاك الجسماني أثناء اللعب ويميلون إلى تغلب القوة العضلية على الرشاقة الحركية ولا يمتلكون القدرة على سهولة تكيف حركاتهم لظروف اللعب المختلفة.

* أصحاب النمط المكتنز :

يتميزون غالباً بالبطء الحركي ولكن مع القدرة على توافق الأداء ويسعون لمحاولة الابتكار في أداء الحركات أثناء اللعب مما يسبب صعوبة بالغة للمتنافسين مع أحجامهم عن تكرار الأداء الحركي الروتيني.

كما أستطاع (كاربوفتش) من التوصل إلى إصابات أن هناك علاقات معينة بين الأنماط الجسمانية – كما يراها شلدون – وبين اتجاهات الفرد النفسية نحو المجهود الرياضي.

ويمكن تلخيص نتائجه فيما يلي :

- أصحاب النمط المكتنز المتطرف : يفضلون البساطة في الحياة ويغلب عليهم الاستمتاع بمشاهدة الأنشطة الحركية العنيفة أكثر من اشتراكهم في ممارستها.
- أصحاب النمط العضلي المتطرف : يغلب عليهم الاشتراك في الأنشطة الرياضية الحركية العنيفة ويتفوقون فيها.
- أصحاب النمط العضلي النحيل المتطرف : يعزفون غالباً عن الأنشطة الحركية التي تتطلب الاحتكاك الجسماني والتي تتطلب استخدام القوة والعنف.

كما قام (كاربوفتش) ببحث العلاقة بين الأفراد الذين يتميزون (بالنمط العضلي) وبين الأداء الحركي في بعض الأنشطة الرياضية المعينة وذلك على حوالي 355 طالباً بكلية الطيران الأمريكية ، وقد تمكن من إثبات أن معامل الارتباط بين أصحاب (النمط العضلي) وبين درجات اختبارات اللياقة البدنية يصل على 0.3 ، وقد تضمن اختبار اللياقة البدنية على خمسة مفردات هي الجلوس طويلاً من وضع الرقود ، ثني ومد الذراعين من وضع التعلق ، الوثب الطويل من الوقوف ، العدو لمسافة 100 ياردة ، اختراق الضاحية.

كما يقرر أن الاختبارات الطبية التي أجرتها القوات الجوية الأمريكية نتجت عن استبعاد المتقدمين ممن يتميزون بالتطرف في (النمط البطني) أو (النمط النحيل).

وقد قام (كارتر Carter) (1987) بعدة دراسات للتعرف على العلاقات بين نمط الجسم والرياضة واستطاع التوصل على ما يلي :

- الرياضيون المتفوقون في أنشطة رياضية معينة يتشابهون إلى درجة كبيرة في أنماط أجسامهم وكلما ارتفع مستوى قدراتهم كلما ازدادت درجة التشابه.

- هناك بعض الأنشطة تتميز بوجود أكثر من نمط جسماني واحد يميز الممارسين لهذا اللون من النشاط الرياضي.

- هناك بعض الأنشطة الرياضية تتميز بتداخل أنماط أجسام لاعبيها مع بعض الأنشطة الرياضية الأخرى بصورة واضحة ويصعب التفريق بينها (مثل لاعبي كرة السلة والكرة الطائرة مثلاً وكرة اليد).

- يختلف الرياضيون عن غير الرياضيين في أنماط أجسامهم وخاصة بالنسبة لبعض الأنماط الجسمانية المتطرفة مثل النمط المكتنز المتطرف والنمط النحيل المتطرف ، غُذ لا يوجد بين الرياضيين المتفوقين من يتميز بمثل هذين النمطين.

نستخلص من ذلك كله أن يجب على المدرب الرياضي أن يعرف جيداً نوع (النمط الجسماني) الأمثل للنشاط الرياضي الذي يعمل في مجاله لضمان حسن اختيار الأفراد الذين يحاولون ممارسة هذا النوع من النشاط الرياضي والتخصص فيه ومحاولة الوصول لأعلى المستويات الرياضية.

وقد دلت البحوث والدراسات المتعددة على أن لأجسام الأبطال البارزين تكوينات جسمانية معينة تتناسب ونوع النشاط الرياضي التخصصي ، وهذا التكوين الجسماني يعزى غالباً إلى أصول وراثية ويمكن عن طريق التدريب الرياضي تنميته وتطويره إلى حدود معينة.

ولكن يجب على المدرب الرياضي مراعاة أنه لن يستطيع تغيير أو تعديل التكوين الجسماني للفرد بصورة جذرية ، إذ لن يستطيع التدريب الرياضي أن يحول صاحب النمط الجسماني القصير إلى عملاق طويل القامة ، أو صاحب النمط المكتنز إلى نمط نحيل متطرف.

ومما قد يلاحظ على نظريات الأنماط السابقة أنها تضع الشخص في نمط معين وتضفي عليه أوصافاً معينة قد لا تنطبق عليه كلها بالرغم من أن أصحاب هذه النظريات يفترضون أنه مادام الفرد يمتلك نمطاً معيناً فكل الأوصاف التي تتعلق بهذا النمط تتوفر فيه.

ومن أهم عيوب هذه الافتراضات أننا ننتهي عادة إلى صب الأشخاص في قوالب جامدة ونتجاهل الفروق بين الأشخاص الأمر الذي قد يؤدي إلى الخطأ في الحكم عليه بالإضافة إلى التوصل إلى تعميمات قد لا تنطبق مع الواقع الحقيقي.

ومن ناحية أخرى فإن نظريات الأنماط تكز وتؤكد على ناحية واحدة أو جانب واحد من مكونات الشخصية مثل : الناحية المزاجية أو الجسمية أو النفسية الاجتماعية وتهمل باقي الجوانب والتي تتكون منها الشخصية وتتغاضى عن مفهوم دينامية الشخصية من حيث تكاملها وتأثر كل جانب من جوانب الشخصية بالجوانب الأخرى.

وبالرغم من الاعتراضات السابقة إلا إن الخبرات التطبيقية في المجال الرياضي أظهرت العديد من الفوائد لنظريات الأنماط وخاصة في مجال انتقاء الناشئين.

3 / 2 نظريات السمة

1 / 3 / 2 مفهوم السمة :

تعتبر نظريات السمة في مجال دراسة الشخصية – من بين أبرز النظريات التي حاولت دراسة الشخصية وفهم أبعادها وجوانبها والتنبؤ بسلوكها والتي أهتم بها العديد من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي.

و " السمة Trait) بصفة عامة يمكن أن تشير إلى الاتجاه المميز للشخص لكي يسلك بطريقة معينة ، أو هي أي صفة يمكن أن نفرق على أساسها بين فرد وآخر. وعلى ذلك إذا كنا نستطيع أن نميز بدقة نوع السمات التي تظهر على الشخص في المستقبل أو على الأقل يمكن أن تفهم سلوكه الحالي ، وإذا كانت الوسائل لتتميز هذه السمات تتصف بقدر مناسب من الثبات والصدق والموضوعية فإننا بذلك يمكن أن نمتلك وسيلة أو أداة هامة لفهم وتحليل السلوك البشري.

وهناك ثلاث مراحل يمكن المرور بها من أجل الوصول على مفهوم السمة ، ففي المرحلة الأولى تعزى السمة إلى السلوك الذي يقوم به الفرد في العديد من المواقف ، إذ أننا نميل إلى وصف السلوك بجملة وصفية كأن نقول أنه يعمل بثقة ، أو انه حذر في

معاملاته ، أ، أنه عدواني عندما يتنافس مع آخرين ، أي أننا في هذه المرحلة نعزي السمة إلى السلوك لا إلى الشخص نفسه.

وفي المرحلة الثانية نقوم بنسب تسمية المفهوم او الصفة او السمة ، إذ أنه بعد أن تقرر إمكانية وصف الشخص بصفة ما نتيجة ملاحظة سلوكه لمرات متكررة فإننا نشير إلى هذه الصفة كشيء ما ونعطيها اسماً ، فنقول أن هذا الشخص لديه سمة معينة هي سمة الثقة بالنفس أو الحذر أو العدوانية أو غير ذلك من السمات.

وفيما يلي نقدم تحليلاً مختصراً لكل من مفاهيم (ألبرت) و (كاتل) و (أيزنك) و (جليفورد) في إطار نظريات السمة.

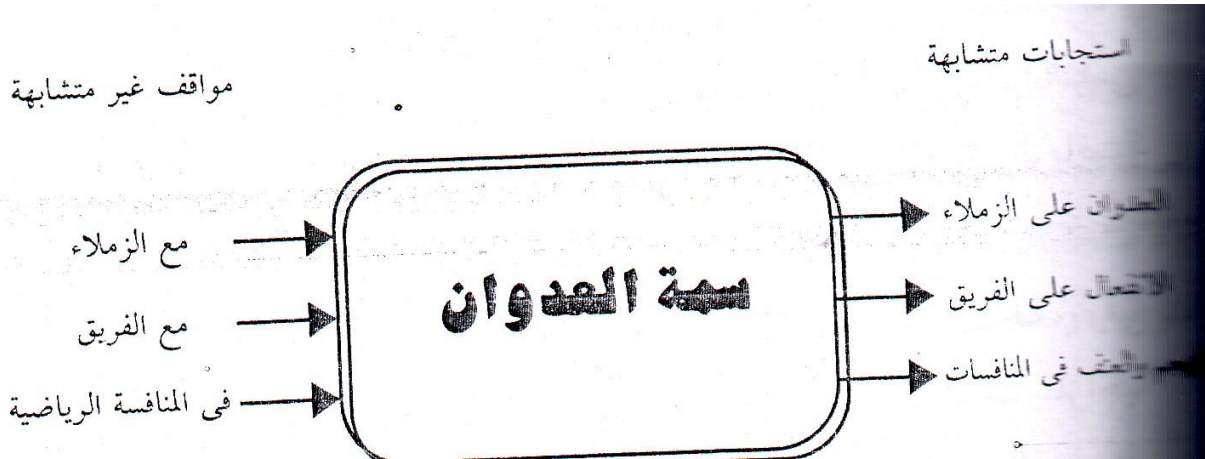
* مفهوم جوردن ألبرت :

يعتبر (جوردن ألبرت Gordon Allport) (1973) من أوائل الذين قدموا نظرية السمات وركز على (الفردية Individuality) و (التفرد Uniqueness) في الشخصية ، وأشار إلى ان هذه السمات لا تكون في العديد من الأشخاص بصورة متطابقة تماماً ، بل تكون بطريقة متفردة بكل شخص – أي نمط فريد في السمات – وهي التي يعزى إليها سلوك الشخص.

كما يعتبر (ألبرت) من أنار الطريق للمحاولات التي تهدف إلى الفصل بين الأنماط المتعددة من السمات وذلك بتقديمه لتصور أن السمات يمكن أن تظهر على مستويات متعددة ، وفي ضوء ذلك أشار (ألبرت) إلى وجود صفات لها القوة التي تستطيع من خلالها أن تنفذ إلى كل وجه من أوجه الحياة الفرد وأطلق عليها مصطلح (السمات الرئيسية Cardinal Traits) وهذا النوع من السمات يصعب ملاحظته لدى كل فرد. وعلى العكس من ذلك فإن الخصائص ذات الأهمية ولكن ليس على مستوى السمات الرئيسية فإنها تتضمن (السمات المركزية Central traits) كسمات مثل العدوانية والخجل وهذا النوع من السمات هو الأكثر شيوعاً ويظهر في العديد من جوانب حياة الفرد ، إلا أنها لا تحمل قوة السمات الرئيسية.

أما الخصائص التي تنشأ كتفضيلات أو سلوكيات موقفية فقد أطلق عليها مصطلح (السمات الثانوية Secondary traits).

وأشار (البورت) إلى أن السمات الشخصية عبارة عن انعكاس للإنسان النسبي للسلوم بالنسبة للعديد من المواقف ولكي يمكن توضيح ذلك أوضح (البورت) أن سمة العدوان Aggression يمكن أن تحدث في العديد من المواقف المختلفة (مع الزملاء ، أو مع الجماعة أو الفريق ، أو في المواقف الرياضية في المنافسات وغير ذلك من المواقف) كما يوضحها الشكل رقم (11) ويمكن أن ينتج عن هذه المواقف غير المتشابهة أنواع من السلوك أو الاستجابات المتشابهة (مثل العدوان على الزملاء ، الغضب أو الانفعال مع الفريق ، التهجم والعنف في المنافسات الرياضية).



* مفهوم (ريموند كاتل) :

أما (ريموند كاتل Raymond Cattell) (1965) فقد أشار إلى أن السمات تحدد سلوك الشخص وأن السمات الشخصية يمكن أن تحت على الأقل في مستويين وبذلك فرق بين السمات العامة (Common traits) التي يمتلكها كل الناس ، وبين (السمات الفريدة Unique traits) التي يمتلكها شخص بعينه ولا يمكن أن توجد لدى شخص آخر بصورة مطابقة تماماً.

وكان (كاتل) من أنصار القياس وكان صانعاً للاختبارات (Test maker) على أساس أن القياس هو الأساس لإمكانية الفهم الصحيح للسلوك البشري ، وفي ضوء اختبارات (كاتل) (وخاصة اختبار العوامل الستة عشرة في الشخصية 16PE)

واستخدامه لأسلوب التحليل العاملي بصورة مكثفة أشار (كاتل) إلى أن الشخصية تتكون من 16 بعداً وأطلق عليها مصطلح السمات المنبعية (Source traits) (العوامل الأولية أو عوامل الرتبة الأولى) ومن هذه الأبعاد يمكن اشتقاق 4 أبعاد أخرى وأطلق عليها مصطلح السمات السطحية (Surface traits) (العوامل الثانوية أو عوامل الرتبة الثانية) .

كما قدم (كاتل) معادلته المشهورة التي تعكس المدخل التفاعلي بين الشخص والموقف هي : $R = f (S , P)$

أي أن الاستجابة (Response (R) تساوي دالة أو وظيفة (Function (F) للموقف (Situation (S) الذي يواجهه الفرد ولطبيعة الشخصية (P) Personality وبذلك يرجع الفضل إلى (كاتل) في التطور المعاصر في مجال علم النفس الرياضي من حيث استخدام الاختبارات الخاصة بالمواقف الرياضية - Sport-specific tests .

كما أشار (كاتل) إلى ان الصفات الشخصية متسعة بصورة واضحة ، وفي ضوء ذلك قسم السمات الشخصية إلى أنواع متعددة منها (السمات المزاجية Temperment traits) والتي تعكس الاتجاهات التي تشكل أسلوب الفرد مثل الاتجاه إلى أن يكون الفرد سريع التهيج والاستثارة أو الهدوء أو الشجاعة .

وكذلك (سمات القدرة Ability traits) أو المهارة في التعامل مع المواقف المتغيرة (والسمات الدينامية Dynamic traits) التي تشكل الدافعية والميول والاتجاهات والنزعات .

*** مفهوم (هانز أيزنك) :**

أشار (هانز أيزنك Hans Eysenk) (1967) إلى أن هناك نوعين من الأنماط أو أبعاد للسمات في الشخصية هما : (الانطواء / الانبساط introversion Extroversion) و (الانفعالية / الثبات Emotionality – Stability) وهذه الأنواع من الأنماط يمكن تقسيمها إلى بعض السمات والتي يمكن أن تؤدي إلى

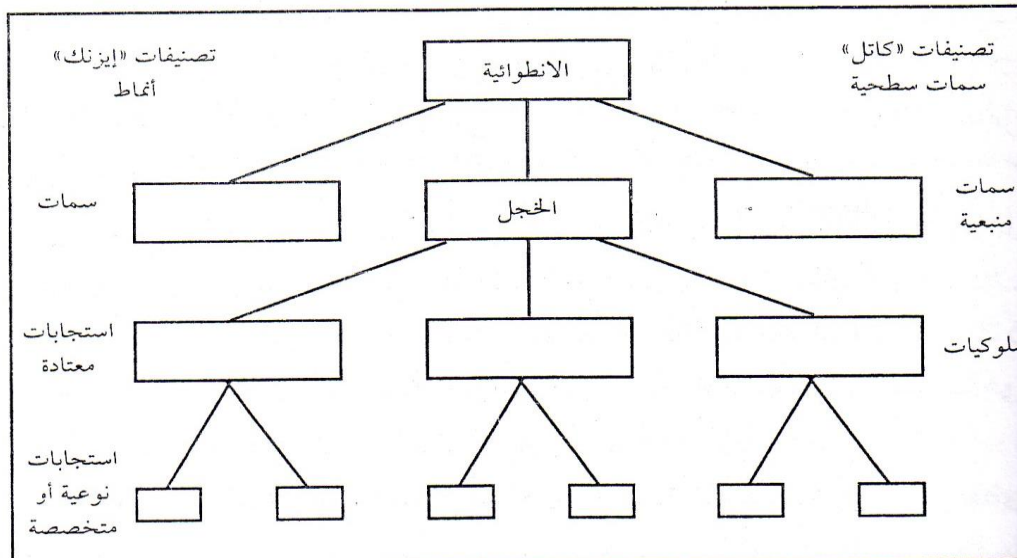
الاستجابات المعتادة للشخصية ، فعلى سبيل المثال فإن الانبساطية يمكن تقسيمها أو تجزئتها إلى الاجتماعية والنشاط وحب الحياة والمرح ، وكذلك الانطوائية يمكن تقسيمها إلى الخجل والعزلة وعدم المرونة.

وبالرغم من الاختلاف التام لاستنتاجات كل من (أيزنك) و (كاتل) بالنسبة لبنية أو تركيب الشخصية ، إلا ان هناك تشابهاً واضحاً بينهما ، ففي كل من نظرة (أيزنك) و (كاتل) نجد بعد الانطوائية مقابل الانبساطية وعند (أيزنك) نجد بعد الثبات الانفعالي وبعد القلق عند (كاتل) ، إلا أن الملاحظ استخدام كل منها لمصطلحات وتصنيفات مغايرة ، والشكل رقم (12) يوضح الفروق بين كل من تصنيفات (أيزنك) وتصنيفات (كاتل) في هذا المجال والمصطلحات المستخدمة لدى كل منهما.

ومن الشكل رقم (12) يلاحظ أن مصطلح (الأنماط Types) يقابله مصطلح السمات السطحية ومصطلح السمات يقابله مصطلح السمات المنبعية والاستجابات المعتادة يقابلها أنواع السلوك، هذا بالإضافة إلى الاستجابات النوعية أو الخاصة عند أيزنك .

شكل رقم (12)

الفروق بين كل من نموذج (أيزنك) ونموذج (كاتل) في الشخصية



* مفهوم (جليفورد) :

قسم (جليفورد Guilford) (1959) - مثله في ذلم مثل (كاتل) - السمات إلى تصنيفات ، ولكن تصنيفاته تمثل مختلف الميول والقدرات والحاجات والاتجاهات ، كما

فرق أيضاً بين السمات الممثلة في السلوك او(السمات السلوكية Behavior traits) وتلك السمات المرتبطة بالنواحي (الجسمية أو البدنية Somatic traits) كما عرف الشخصية على انها (نمط فريدج من السمات Unique pattern) وأكد على الفروق الفردية وأشار إلى ان أحسن طريقة لفهم الشخصيات تكمن في مقارنة كل شخصية بأخرى.

ويعتبر مدخل (جيلفورد) في الفروق الفردية مغايراً لموقف (البورت) الذي أشار إلى أن الشخصية تتميز بالتفرد حيث لا يمكن دراستها بالمقارنة بين كل شخصية وأخرى. وقد عارض بعض الباحثين نظريات السمة على أساس أن الدرجات التي تعطيها استخبارات الشخصية لعدد من السمات ليست كافية لوصف شخصية الفرد لأن مجرد معرفة ما لدى الفرد من كل سمة لا يبين لنا كيف تنتظم هذه السمات عنده ولا كيف يمكن التنبؤ بسلوكه ، كما ان الصفحة النفسية للشخصية (بروفيل الشخصية) الذي يتأسس على مقاييس سمات الشخصية لم يثر معلوماتنا عن الاتجاهات الدينامية التي تدفع إلى السلوك أو الحركة ولم يعطنا صورة عن الشخصية ككل وبالرغم من الانتقادات السابقة ، غلا ان أصحاب نظريات السمة يرون ان الشخصية تتكون من مجموعة ما لدى الفرد من سمات ، وإذا كانت هذه السمات موجودة فإننا نتمكن من قياسها كأبعاد الشخصية ، فالشخصية تبعاً لذلك تكون كالشكل الهندسي الذي له أبعاد يمكن قياسها لمعرفة خصائصه ، والسمات هي أبعاد الشخصية التي يمكن قياسها لمعرفة خصائصها.

فإذا عرفنا الفرد نفسه فقد عرفنا بعداً من أبعاد شخصيته ، وإذا عرفنا مدى اتزانه الانفعالي باختبار يقيس هذه السمات فقد عرفنا بعداً آخر من أبعاد شخصية الفرد ، وهكذا يكون للشخصية أبعاد بعدد السمات التي يمكن قياسها بدقة.

2 / 3 / 2 تصنيف السمات :

هناك العديد من البراء التي قدمها العلماء في إطار نظريات السمة لمحاولة تصنيف السمات الشخصية ، وفيما يلي عرض لبعض هذه الآراء في مجال التصنيفات التالية :

* السمات العامة والسمات الخاصة.

* السمات السطحية والسمات المنبعية.

* السمات ثنائية البعد وكخط متصل.

* السمة والحالة.

2 / 3 / 1 السمات العامة والسمات الخاصة :

عندما يتشابه الفرد مع الأفراد الآخرين في جوانب معينة من استجاباته وسلوكه فإننا نشير بذلك إلى السمات العامة أو المشتركة بين الأفراد (Commen or general traits) ونقصد بالسمات العامة تلك السمات الشائعة أو المشتركة بين عدد كبير نسبياً من الأفراد في ثقافة أو حضارة معينة ، أو قد تكون شائعة بين الناس بصفة عامة ولكن بدرجات متفاوتة.

وفي نفس الوقت عندما تختلف استجابات الافراد بعضهم عن بعض فإننا بذلك نشير إلى السمات الخاصة أو الفريدة (Unique or specific traits).

فعلى سبيل المثال سمة كسمة الثبات الانفعالي أو ضبط الذات يمكن أن تكون سمة عامة شائعة بين الناس في بعض الحضارات ولكنها تختلف في درجتها من فرد لآخر ، وبذلك يمكن أن نطلق عليها سمة عامة.

ولكن سمة مثل العدوانية يمكن أن تكون سمة خاصة يتسم بها شخص ما ولا يتسم بها شخص آخر ويمكن أن نطلق عليها سمة خاصة.

ولكن الدراسات أظهرت أن مثل هذه السمة قد يتسم بها الشخص في موقف ما وقد لا يتسم بها أو تظهر في سلوكه في موقف آخر.

وهناك جدل بين الباحثين لمحاولة التفريق الواضح والتمييز الدقيق بين السمات العامة والسمات الخاصة ، وحجة أنصار السمات العامة أنهم يرون أن التركيز على ان السمات الخاصة يعني أن الشخصية تتكون من مجموع عدد لا يحصى من السمات المنفصل بعضها عن بعض ، الأمر الذي قد يتجاهل التفاعل الاجتماعي والعوامل الثقافية وأثرها في تكوين الشخصية لأن هذه العوامل تؤدي إلى تكوين أنماط عامة

للسلوك والتفكير وهذه الأنماط العامة أو السمات العامة أثبتت من السمات الخاصة وأدق في وصفها للشخصية ، كما أنهم لا ينكرون وجود سمات خاصة إلا أنهم يفضلون قياس الشخصية عن طريق قياس السمات العامة حتى يمكن وصف الشخصية عن طريق عدد محدود من السمات شريطة ان تغطي هذه السمات سلوك الأفراد في عدد كبير من المواقف.

أما أنصار السمات الخاصة فيرون أن كل سمة للفرد ما هي إلا سمة خاصة تتميز في اتجاهها ودرجتها عن السمات الأخرى المتشابهة الموجودة لدى الآخرين كما ان السمات توجد دائماً لدى أفراد معينين وليس لدى المجموع العام للأفراد، إذ أن خبرات كل فرد واستعداداته تسهم في تشكيل هذه السمات وتصبح سمة فردية متميزة.

2 / 3 / 2 السمات السطحية والسمات المنبعية :

في ضوء التقسيم الذي وضعه (كاتل Cattell) يمكن تصنيف السمات على سمات سطحية Surface traits وسمات منبعية Source traits إذ يرى ان هناك سمات يمكن ملاحظتها بسهولة وتبدو في التفاعل مع الآخرين ، وفي إنجاز الأعمال وفي الإجابة على استخبارات الشخصية ، كما يبدو أنها قريبة من السطح في شخصية الفرد وتتعدل بسهولة في إطار الظروف البيئية ، أي أنها أقل ثباتاً ومن أمثلة ذلك مة الحيوية وسمة المرح.

أما السمات المنبعية فهي السمات التي لا يتم التعبير عنها مباشرة ولكن يتم التعبير عنها عن طريق السمات السطحية ، وقد أشار (كاتل) إلى أنها التكوينات الحقيقية الكامنة وراء السمات السطحية والتي تسهم في تفسير سلوك الفرد.

وقد استطاع (كاتل) باستخدام أسلوب التحليل العائلي من التوصل إلى عدد من السمات المنبعية بلغت 16 سمة منبعية وضمنها اختبارها المعروف بعوامل الشخصية الستة عشرة (16PE) وأطلق عليها عوامل الرتبة الأولى ، وأشار إلى إمكانية تجمع هذه السمات الستة عشر في أربع سمات سطحية وأطلق عليها عوامل الرتبة الثانية.

كما أشار كاتل إلى ان السمات السطحية والسمات المنبعية يمن أن تكون غما سمات عامة أو سمات خاصة.

والجدول رقم (2) والشكل رقم (13) يوضحان السمات المنبعية (أو عوامل الرتبة الأولى (First order (primary) factors) والسمات السطحية أو (عوامل الرتبة الثانية (second order (secondary) factors) .

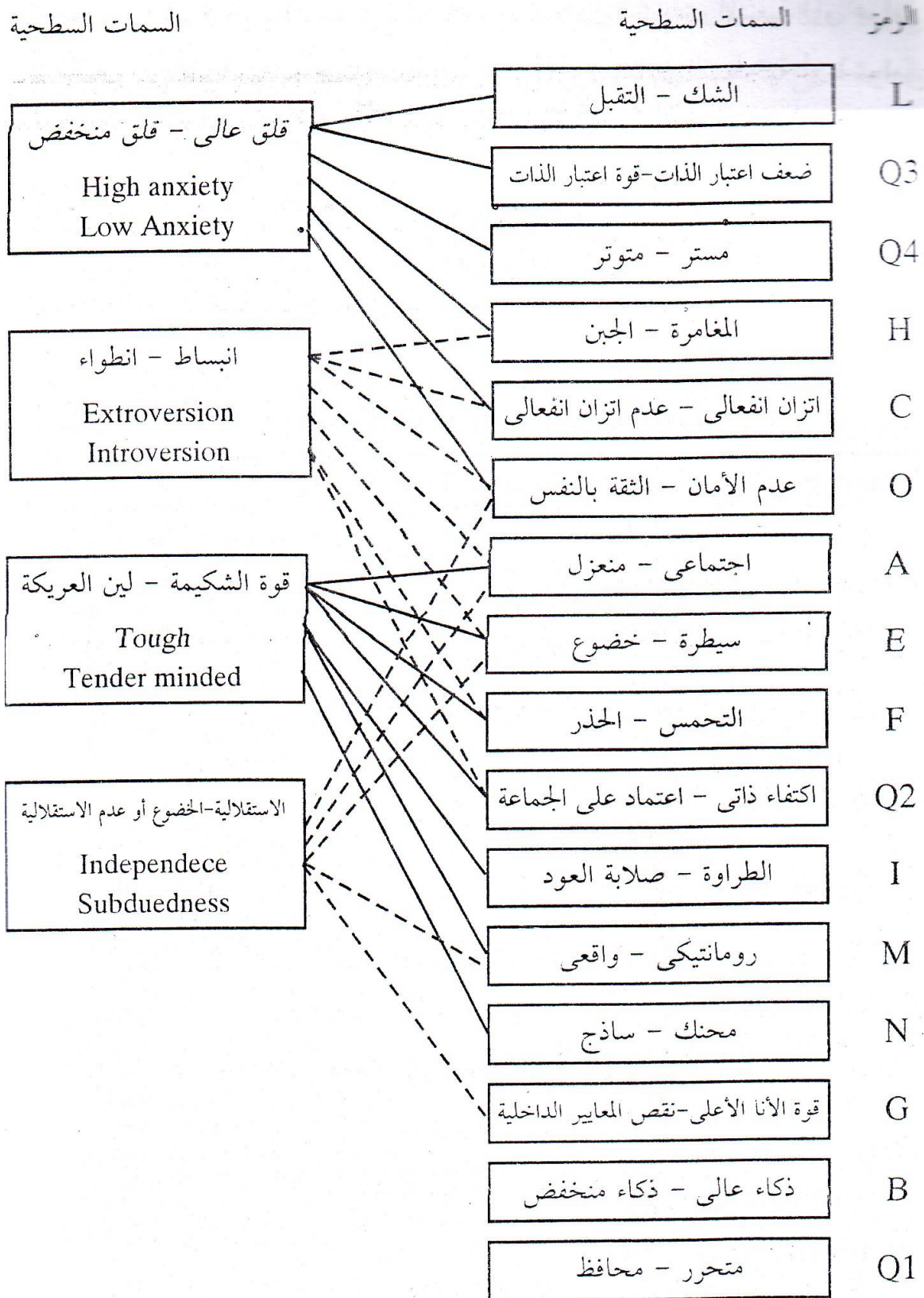
جدول رقم (2)

السمات المنبعية (عوامل الرتبة الأولى)

لدى كاتل Cattell عن كارون Carron (1980)

رمز العامل	عوامل الرتبة الأولى (السمات المنبعية)
A	Warm, sociable-Aloof, stiff محب للناس اجتماعي - منعزل عن الناس
B	Mentally bright-Mentally dull ذكاء عالي - ذكاء منخفض
C	Mature, calm-Emotional immature اتزان انفعالي - عدم اتزان انفعالي
E	Competitive-Submissve سيطرة وتنافسية - خضوع
F	Enthusiastic-Prudent, cautious الثحمس - الحذر
G	Conscientious-Undependable قوة الأنا الأعلى - نقص المعايير الداخلية
H	Adventurous-Timid المغامرة - الجبن
I	Effeminate-Tough الطراوة - صلابة العود
L	Suspecting-Accepting الشك - التقبل
M	Imaginative-Practical رومانتيكي - واقعي عملي
N	Sophisticated-Unpretentious محنك - ساذج أو بسيط
O	Insecure-Confident, self secure عدم الأمان - الثقة بالنفس
Q1	Radical-Conservative متحرر - محافظ
Q2	Self sufficient-Group adherent اكتفاء ذاتي - اعتماد على الجماعة
Q3	Uncontrolled-Controlled ضعف اعتبار الذات - قوة اعتبار الذات
Q4	Relaxed-Tense مسترخ - متوتر

شكل رقم (13) السمات المنبعية (عوامل الرتبة الاولى)
والسمات السطحية (عوامل الرتبة الثانية) لدى (كاتل)

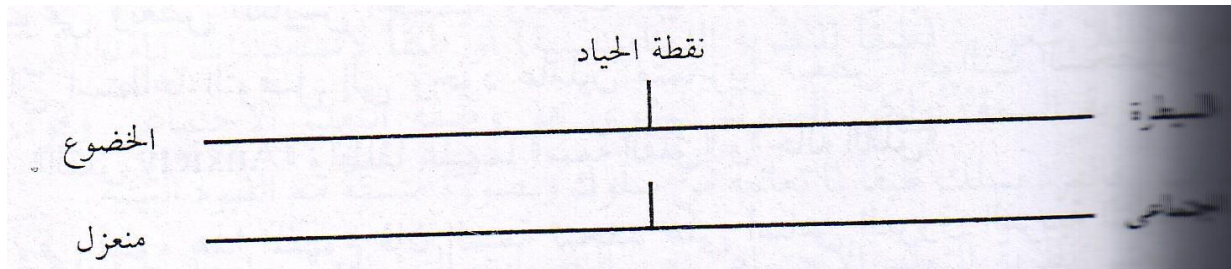


2 / 3 / 3 / 3 السمات ثنائية القطب وكخط متصل:

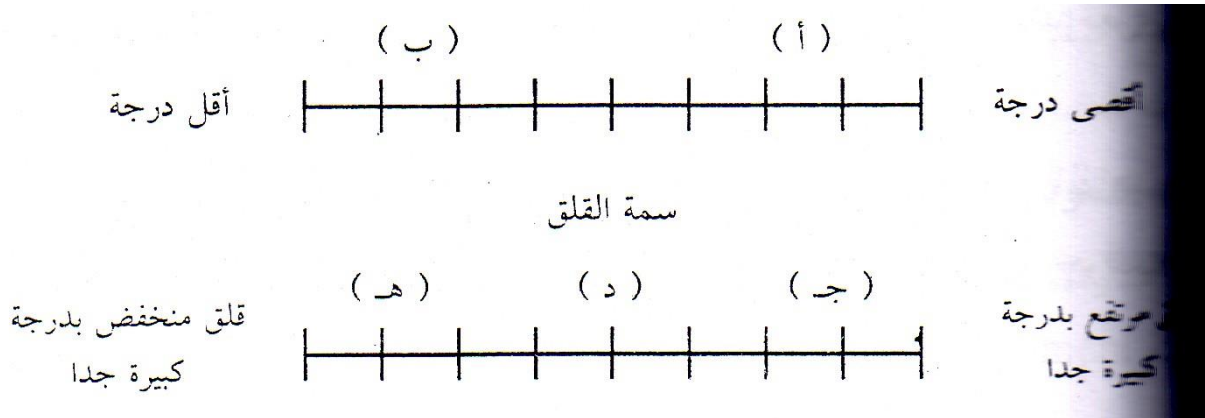
يقصد بالسمات ثنائية القطب Bipolar traits تلك السمات التي تمتد قطب إلى قطب مقابل ، ومن أمثلتها عوامل الشخصية (لكاتل) مثل اجتماعي مقابل منعزل أو السيطرة مقابل الخضوع ، وكذلك عوامل الشخصية (لأيزنك) مثل عامل الانبساط مقابل عامل الانطواء ، وعامل العصابية مقابل عامل الثبات الانفعالي ، وبين هذين القطبين توجد نقطة (يمكن أن نطلق عليها نقطة الحياد Neutral point) تتوازن فيها كل من هاتين السمتين بحيث لا نستطيع أن نصف الشخص بأنه يتسم بسمة منهما أو بالأخرى كما في الشكل رقم (14).

شكل رقم (14)

مثال لسمات ثنائية القطب



ويقد بالسمة كخط متصل Comntinuum المفهوم الكمي للسمة الواحدة - أي أن الفروق في السمة في الدرجة وليست في النوع ، ومعظم السمات النفسفة من هذا النوع ، إذ أنه يمكننا أن نمثل درجات الأفراد على سمة ما عن طريق نقاط على هذا الخط المتصل تتدرج من أدنى درجة إلى أعلى درجة كما في الشكل (15).



في المثال السابق يمكن ملاحظة أن (أ) يتسم بدرجة عالية من الثبات الانفعالي في حين أن (ب) يتسم بدرجة منخفضة في الثبات الانفعالي كما ان (ج) يستم بدرجة عالية في سمة القلق ، (د) يتسم بدرجة متوسطة في سمة القلق ، أما (هـ) فيستم بدرجة منخفضة في سمة القلق.

ومفهوم الخط المتصل لا يرتبط بقاعدة (الكل أو عدمه All or none) ولكن يرتبط بتوزيع للدرجات على الخط المتصل للسمة من بدايته لنهايته أي من أعلى درجة إلى أقل درجة.

2 / 3 / 3 / 4 السمة والحالة:

في الدراسات التي قام بها كا من (كاتل Cattell) و (شير Scheier) عن طريق تطبيق مقاييس التقدير والاستخبارات والتقارير الاستيطانية (التأمل البطني) والأداء الموضوعي وبعض المقاييس الجسمية ومعالجة البيانات إحصائياً باستخدام التحليل العاملي استطاعا التوصل إلى وجود عاملين متميزين لبعض الجوانب الشخصية مثل : (القلق Anxiety) وأطلقا عليهما (سمة القلق) و (حالة القلق).

وفي ضوء هذا المفهوم فإن السمة تتحدد على أساس الفروق الفردية الثابتة نسبياً والمميزة للشخصية من حيث اختلاف الناس في درجتها ، أما الحالة فيقصد بها نمط التغيرات في عض جوانب الشخصية للفرد والتي تختلف طبقاً لوقت إجراء القياس ، أي أنها حالة انتقالية وقتية لدى الفرد تتذبذب من وقت لآخر.

ولتوضيح الفرق بين كل من السمة والحالة يمكن ذكر المثال التالي : قد نقول أن (عمر) شجاع ولكن هذه العبارة قد تعني أن (عمر) شجاع في هذه اللحظة فقط وعندئذ يمكن أن نعزي الشجاعة إلى الحالة ، كما قد تعني أنه يتسم بالشجاعة كسمة ظاهرة في سلوكه في حالات ومواقف متعددة ومتكررة وعندئذ نعزي الشجاعة على السمة. وقد تبني العديد من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي هذه المفاهيم وقاموا بتصميم العديد من استخبارات الشخصية لمحاولة قياس بعض جوانب الشخصية المرتبطة بالرياضة من حيث أنها سمة أو من حيث أنها حالة.

2 / 4 نظرية التعلم الاجتماعي:

تستند هذه النظرية على العوامل البيئية والسلوك المكتسب وتؤكد على العمليات الاجتماعية والمعرفية في تطوير الشخصية.

وقد أشار ألبرت بانديورا Bandura إلى ان نظرية التعلم الاجتماعي في الشخصية تتأسس على جانبين رئيسيين هما : (النمذجة أو القدوة Modeling) ويقصد بذلك محاكاة السلوك – أي التعلم من خلال الملاحظة – وإلى (التعزيز الاجتماعي Social reinforcement) الذي يتأسس على فرضية أن السلوك الذي يتم تعزيزه أو تدعيمه يميل إلى أن يتكرر مرة اخرى ، ويمكن تعريف التعزيز الاجتماعي بأنه عملية اتصال لفظي أو غير لفظي بين فردين والتي يمكن ن تزيد من قوة الاستجابة.

ومن وجهة نظر النظرية الاجتماعية فإن السلوك ليس – ببساطة – وظيفة الدوافع اللاشعورية (طبقاً للنظرية الديناميكية) أو طبقاً لاستعدادات كامنة (في ضوء نظرية السمة) ولكن السلوك البشري هو وظيفة التعلم الاجتماعي وقوة الموقف ، فالفرد يسلك طبقاً ما تعلمه من سلوك وبصورة متسقة مع القيود البيئية.

وتعتبر نظرية التعلم الاجتماعي من النظريات التي اهتم بها علماء النفس الرياضي حديثاً وقد تطور منها أساليب متعددة من بين أهمها تعلم السلوك من خلال ملاحظة النماذج أو التعلم بالقدوة وتعلم السلوك عن طريق التعزيز أو التدعيم.

فعلى سبيل المثال عندما يتغاضى المدرب الرياضي عن السلوك العدواني للاعب فإن مثل هذا الإجراء يشجع اللاعب على الاستمرار في عدوانيته وإظهار مثل هذا السلوك في المواقف الرياضية ، وعلى عكس ذلك فإنه عندما يقوم المدرب الرياضي بتشجيع سلوك اللعب النظيف Fair play ، لدى اللاعب وعقاب لاعب آخر على سلوكه العدواني فإن مثل هذا الإجراء يدخل في إطار التعلم الاجتماعي.

2 / 5 النموذج التفاعلي ما بين الشخصية والموقف :

أشارت العديد من الدراسات إلى أن هناك تفاعلاً ما بين الشخصية وبين (البيئة Environment) أي بين مدخل عوامل الشخصية أو (مدخل السمة approach

(traits) و (مدخل الموقف Situation approach) وفي ضوء ذلك فإن النظر إلى الشخصية من ناحية السمات الشخصية فقط ، أو من ناحية الموقف فقط قد يؤدي إلى التوصل إلى نتائج غير دقيقة ومن ثم ينبغي الربط بين كل من عوامل الشخصية والسمة والموقف بصورة متفاعلة حتى يمكن التوصل إلى نتائج أكثر دقة لفهم لشخصية والتنبؤ بسلوكها.

وفي إطار التفاعل ما بين السمات الشخصية للفرد وطبيعة الموقف البيئي قدم بعض الباحثين مفهوم (السمة الشخصية) في موقف نوعي معين أو في موقف خاص (Situation specific personality trait) كمدخل تفاعلي ما بين السمة والموقف. وللتدليل على مضمون هذا التصور أشارت بعض الدراسات وخاصة في مجال علم النفس الرياضي إلى ان الفرد قد يكون عدوانياً في مواقف المنافسة الرياضية في حين أنه لا يظهر هذه العدوانية في بعض مواقف الحياة العامة.

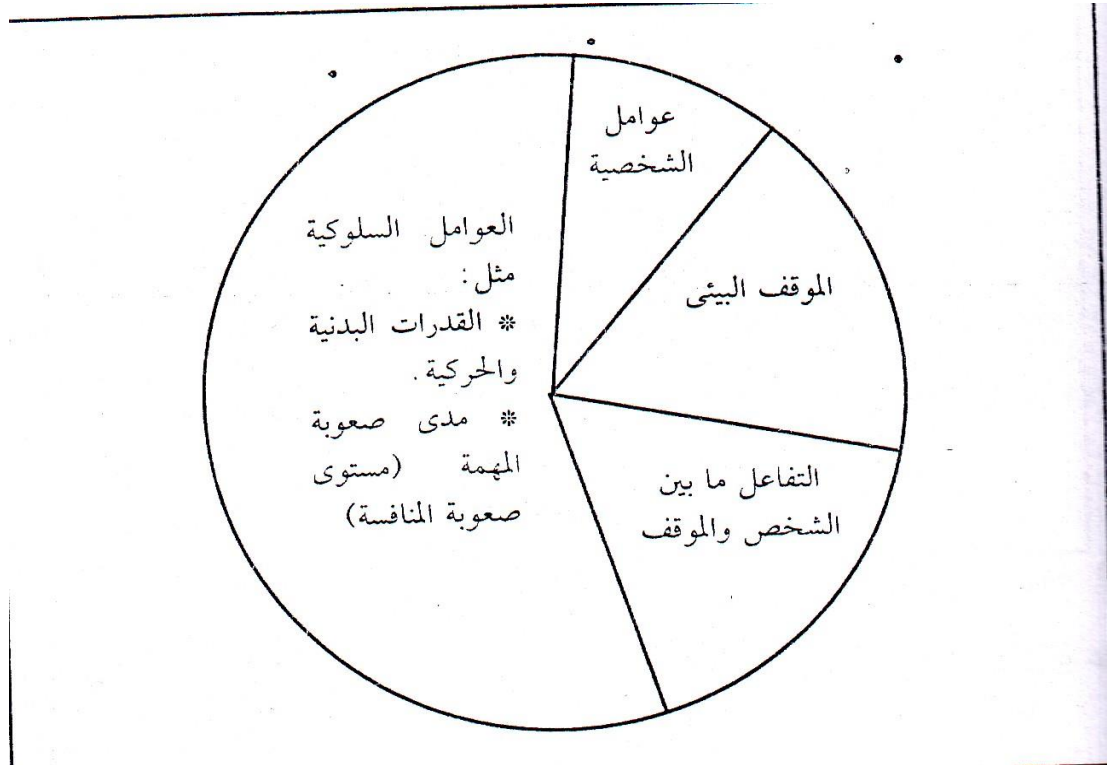
وكذلك بالنسبة لسمة القلق فإن اللاعب قد يكون قلقاً في مواقف الامتحانات النظرية ، في حين انه قد لا يكون قلقاً في مواقف الاستجابات الحركية كمواقف المنافسة الرياضية. وفي الوقت الحالي يلقي هذا المفهوم قبولاً واضحاً لدى العديد من الباحثين في مجال علم النفس الرياضي وظهر إلى حيز الوجود العديد من استخبارات وقوائم الشخصية التي تحاول قياس السمات الشخصية للرياضيين في المواقف المتخصصة في الأنشطة الرياضية المختلفة (أنظر استخبارات الشخصية في المواقف الخاصة).

وقد حاول كوكس Cox (1994) اقييم النموذج التفاعلي ما بين العوامل الشخصية للاعب الرياضي وما بين الموقف الرياضي وأثر ذلك على سلوك اللاعب الرياضي وأشار إلى ان عوامل الشخصية للاعب الرياضي وكذلك عوامل الموقف الرياضي بشكل كل منها حيزاً ضئيلاً نسبياً بالنسبة لسلوك اللاعب الرياضي ، وإذا تمت إضافة عملية التفاعل ما بين عوامل الشخصية للاعب الرياضي وكذلك عوامل الموقف الرياضي يشكل كل منهما حيزاً ضئيلاً نسبياً بالنسبة لسلوك اللاعب الرياضي ، وإذا تمت إضافة عملية التفاعل ما بين عوامل الشخصية وعوامل الموقف الرياضي معاً فإن ذلك يشكل حوالي من 30 على 50 % من سلوك اللاعب الرياضي ، في حين ان

النسبة الباقية والتي تتراوح ما بين 50 إلى 70 % تعزى إلا عوامل أخرى مثل القدرات البدنية والحركية ودرجة صعوبة الأداء أو المهمة مثل مستوى صعوبة المنافسة وشكل رقم (16) يوضح هذا المفهوم الذي قدمه كوكس.

شكل رقم (16)

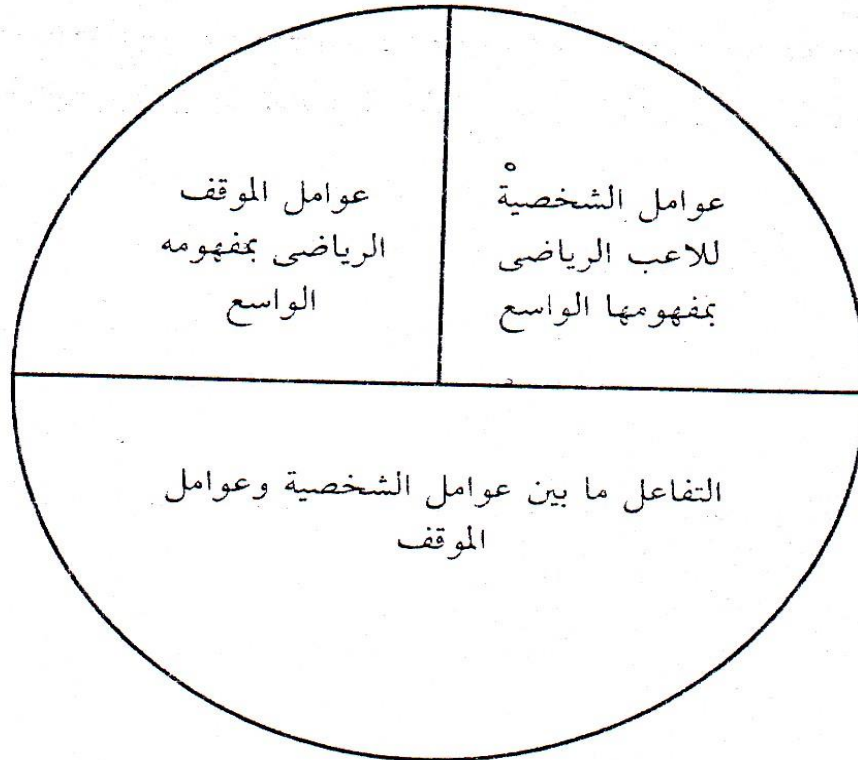
مدى إسهام الشخصية والموقف في السلوك الكلي للاعب عن كوكس (1994)



ومن ملاحظتنا لمفهوم (كوكس) السابق يبدو أنه د حاول النظر إلى العوامل الشخصية وعوامل الموقف بمنظار دقيق ، إذ يلاحظ في تصوره الذي قدمه في شكل (10) أنه قد أشار إلى مجموعة من العوامل مثل القدرات البدنية والقدرات الحركية على أنها خارجة عن عوامل الشخصية في حين ان الشخصية بمفهومها الواسع تتضمن هذه العوامل ، كما أشار إلى عامل درجة صعوبة المهمة أو مستوى صعوبة المنافسة في حين أنها من العوامل المرتبطة أساساً بالموقف الرياضي. ويبدو من وجهة نظرنا أنه يمكن تعديل تصور (كوكس) السابق في ضوء الملاحظات التي ذكرناها إلى التصور التالي كما في الشكل رقم (17).

شكل رقم (17)

النموذج التفاعلي ما بين الشخصية للاعب الرياضي والموقف الرياضي للمؤلف.



وفي ضوء هذا التصور يمكن أن يتحدد سلوك اللاعب الرياضي بثلاثة عوامل موضوعية هي :

- عوامل الشخصية بمفهومها الواسع (السمات والقدرات والمهارات والدوافع والاتجاهات والمعارف والمعلومات وغير ذلك من العوامل وقد تمثل هذه العوامل ما بين 25 – 30% من درجة إسهامها في سلوك اللاعب.
- عوامل الموقف البيئي (الرياضي) بمفهومه الواسع (ويتضمن كل المثيرات البيئية المرتبطة بالموقف الرياضي (كطبيعة الموقف الرياضي ودرجة صوبته وأهمية المنافسة ومكانها ومتغيراتها المختلفة) وقد تمثل هذه العوامل ما بين 25 – 30% من درجة إسهامها في سلوك اللاعب.
- التفاعل ما بين العوامل الشخصية وعوامل الموقف الرياضي وقد يمثل هذا العامل ما بين 40 – 50% من الإسهام في سلوك اللاعب.